



扫码阅读

# 鼻子干燥出血怎么办

■ 晏丽霄（云南省中医医院滇池院区耳鼻喉科）



周煜 / 绘

鼻腔干燥、疼痛甚至出血是日常生活中每个人都会遇到的症状，有些人时常发作，去做检查时可能会被诊断为干燥性鼻炎。什么是干燥性鼻炎？如何预防？

## ◆ 什么是干燥性鼻炎

干燥性鼻炎一般认为是长期受外界的物理或化学物质的刺激所导致的鼻炎表现，是一种常见的职业性鼻炎。这种鼻炎多发生在气候干燥的冬春季，好发于高温作业和在有大量粉尘环境中工作的人群。除此之外，维生素缺乏也可引起鼻黏膜改变，诱发干燥性鼻炎；吸烟、饮酒及其他周身疾病，可使患者抵抗力减弱，易于发病。

近年来，干燥性鼻炎的发病率明显上升，这与气候异常、环境污染等因素有关。特别是地处西南的昆明，其地理位置和地形地貌造就了常年干燥、空气中缺乏水分的气候特点，加上冬春季气候干燥、温差大，维生素缺乏或有慢性病的患者就很容易诱发此病。

## ◆ 干燥性鼻炎有哪些症状

1. 鼻腔干燥；
2. 鼻咽部常有黏液附着；
3. 鼻内常有结痂、多带血，甚至鼻出血。长期张口呼吸，均可致口腔有干燥感；
4. 鼻塞；
5. 嗅觉减退；头痛头晕，若病情加重加之鼻杆菌感染，会出现鼻腔臭味。鼻内有刺痒感或异物感，需挖鼻方能缓解，导致鼻出血的恶性循环。

## ◆ 如何治疗干燥性鼻炎

### 1. 一般治疗

环境干燥引起：家里备加湿器；

环境污染引起：佩戴口罩；

外治：使用薄荷油滴鼻液或用生理性海水冲洗鼻腔；加强营养；适当服用鱼肝油、维生素B2等。

### 2. 特色治疗

中医称干燥性鼻炎为鼻槁、鼻燥，有内服及外治法。

**中药内服法：**中医辨证论治，四诊合参，予以中药汤剂内服以调整阴阳平衡，从根本上调理体质，从而缓解症状。中医上主要有清燥救肺汤、百合固金汤、补中益气汤、四物汤等。

**中药熏蒸法：**该疗法历史悠久，顾名思义是将中药汤剂煮至沸腾，通过产生的气体熏蒸鼻部来治疗疾病的一种方法。此法可通过温热效应、渗透效应，使药物以气体的形式进入鼻部黏膜，可直达病灶，能有效缓解鼻干、鼻痒、疼痛等不适感。