

《如何应对恼人的鼻炎》

图书基本信息

书名：《如何应对恼人的鼻炎》

13位ISBN编号：9787508276199

10位ISBN编号：7508276191

出版时间：2012-5

出版社：金盾出版社

作者：张悦 编

页数：90

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《如何应对恼人的鼻炎》

内容概要

《如何应对恼人的鼻炎》着重介绍过敏性鼻炎、鼻窦炎的基本知识和应对措施，如怎样判断是否得了鼻窦炎、鼻窦炎和感冒的关系、鼻窦炎的危害及能否根治；同时还详细解答了鼻出血问题，如流鼻血时怎么办、鼻出血与癌症的关系等。另外，《如何应对恼人的鼻炎》还解答了一些大家感兴趣而又有些疑惑的健康小常识。

《如何应对恼人的鼻炎》

作者简介

王陇德，中国工程院院士，卫生部原副部长，中华预防医学会会长。现担任第十一届全国人大常委会、卫生部“健康中国2020战略研究组”首席专家、卫生部疾病预防控制专家委员会主任委员、浙江大学公共卫生学院院长等职。长期在公共卫生领域从事行政管理、流行病学和公众健康促进专业研究工作，在《中华医学杂志》等国内外学术期刊发表论文100余篇，主编多部专著。曾获国家科技进步二等奖、联合国艾滋病规划署颁发的“应对艾滋病杰出领导和持续贡献”奖及世界卫生组织颁发的结核病控制“高川”奖。为提高国民健康水平，他陆续发表了“中国人需要一场膳食革命”、“中国人需要一场行为革命”、“脑卒中筛查与干预：一项重大的国民保健工程”等科普文章，并出版了《首席专家王陇德谈掌握健康钥匙》科普图书。

张悦，耳鼻咽喉科主任医师，温州医学院医学英语教研室及耳鼻咽喉教研室副主任，耳鼻喉科留学生教研室主任，温州医学院附属第一医院耳鼻咽喉科副主任。中国康复医学听力康复专业委员会委员，国际特奥会（SO）中国运动医学培训中心（温州医学院）听力项目负责人。浙江省中西医结合学会耳鼻咽喉分会委员，温州市医学会耳鼻咽喉分会副主委。从事耳鼻咽喉科专业的临床教学和科研工作近三十年，积累了丰富的本专科诊治经验。2006年赴美国斯坦福大学进修阻塞性睡眠呼吸暂停综合征的手术治疗及鼻内镜手术技术。2007年回国后，不断开展这方面的新技术，并取得了一定的成果。曾主编走出亚健康丛书之一《我为什么听不清》，2010年主译医学巨著《Principles and Practice of Sleep Medicine睡眠医学理论与实践》一书，另外还发表医学论文数十篇。

《如何应对恼人的鼻炎》

书籍目录

- 一、过敏性鼻炎
- 二、鼻-鼻窦炎
- 三、鼻出血

《如何应对恼人的鼻炎》

章节摘录

小王是某外企公司年轻有为的销售主管。在年底的一次重要会议上，他上台汇报本年度的销售业绩及新一年的工作计划。正当他踌躇满志地登台演讲时，却接二连三地打了十几个喷嚏，还不停地擦拭鼻涕，让他好不尴尬，也让他的汇报大打折扣。其实，生活中这样的例子还真不少。婷婷和阿明正在热恋之中，但好几次约会都被阿明那一阵接二连三的喷嚏和令人恶心的鼻涕在关键时刻搅乱了心情；还有阿华，喜欢热闹的他经常邀请好友来家聚会，可是出其不意的喷嚏和鼻涕常常让他手忙脚乱，在众人面前出尽洋相。原来，这都是过敏性鼻炎惹的祸。据统计，患各种鼻炎的人数正逐年增多，以过敏性鼻炎为例，据统计全球已达5亿多人，在欧洲、美国和澳大利亚也有四成以上的人患过敏性鼻炎，中国的青少年中过敏性鼻炎的患病比率也达30%以上。现在，人们对自身的生活质量越来越重视，对恼人的过敏性鼻炎当然不能听之任之。那么过敏性鼻炎究竟是怎么回事，过敏性鼻炎有哪些危害，它又会引起哪些不良后果或其他疾病，我们该如何应对这恼人的鼻炎，本篇向你解答这些让许多人困惑的问题。

1.自己评判一下是否得了鼻炎 我国鼻炎的发病率高达37%，三个人中就有一个鼻炎患者，其中一名就是儿童，如果你或者你的孩子有鼻部不适感，你很有必要自己评判一下，是否得了鼻炎。

1) 打喷嚏：没有明显诱因的情况下阵发性喷嚏，少则数个、多则十余个。 2) 流涕：鼻涕为清水样或黏性，量多，一天需用半包以上纸巾，可以继发于感冒，但感冒痊愈后鼻涕仍继续流着。 3) 鼻塞：一侧或双侧鼻塞，可呈发作性或持续性，一天内鼻塞时间居多，而且夜间明显加重，影响工作和学习。 4) 鼻痒：同时伴有咽、喉、眼、软腭部发痒。 5) 头晕头痛：部位常在前额或后枕部，低头位、咳嗽、打喷嚏时加重，鼻熏蒸汽或鼻滴减充血剂后减轻，常伴有鼻塞、流涕。 6) 打鼾：喜欢张口呼吸，伴有呼吸暂停，而且打鼾程度随感冒而明显加重，鼻滴减充血剂减轻。 7) 黑眼圈：眼睑下部皮肤呈灰蓝色半月形阴影，可伴该部位水肿。 8) 咽部黏涕增加：咽部分泌物明显增多，自觉从鼻咽部流下，尤以卧位后加重，可伴有频繁咳嗽、咳痰。

9) 嗅觉减退：同时伴有鼻塞、流涕等表现。 如果出现上述症状，你有必要去医院请专科医生好好检查一下，明确是否得了鼻炎。

2.什么是鼻 炎鼻是呼吸道的首端和门户，起着呼吸、嗅觉和共鸣等作用。鼻毛对空气中较大的粉尘颗粒有过滤作用；鼻甲黏膜下有海绵状血窦，可供调节鼻内气温所需热量；鼻腔黏膜腺体可分泌大量液体，用来提高吸入空气的湿度，防止呼吸道黏膜干燥。嗅觉可增进食欲，辅助消化，且对机体有保护作用。通过鼻腔共鸣，发声可变得洪亮悦耳。 鼻炎是对鼻腔黏膜和黏膜下组织炎症的总称，可由病毒、细菌、变应原，各种理化因子，以及某些全身性疾病引起，包括急慢性鼻炎、过敏性鼻炎、干燥性鼻炎、萎缩性鼻炎，常表现为充血、肿胀、渗出、增生、萎缩或坏死。可出现鼻塞、流不同性状的鼻涕、鼻痒、阵发性喷嚏、鼻腔干燥、涕中带血，还会有嗅觉下降、说话鼻音、咽部不适、咳嗽等症状。当鼻内出现炎症时，鼻腔内可以分泌大量的鼻涕，并可因细菌感染而变成黄色甚至黄绿色，流经咽喉时可以引起咳嗽。不同病理改变，决定了鼻炎临床表现迥然不同，有时候呈现完全相反的表现，如慢性鼻炎常表现为多黏涕，而萎缩性鼻炎则因为鼻腔分泌物减少，表现为鼻腔干燥，故单用“鼻炎”二字，难以概括多种不同鼻炎那林林总总的表现，目前非正式场合时提及鼻炎，常特指慢性鼻炎。

《如何应对恼人的鼻炎》

精彩书评

1、鼻炎对于现代人来说是比较常见的疾病，鼻炎的发生造成了众多朋友的生活困扰，清楚了解鼻炎的症状对于疾病的预防和治疗有很大的帮助，那么鼻炎一般有哪些常见的症状呢，那么下面就为您介绍鼻炎的症状表现吧。

1、药物性鼻炎的症状主要为双侧持续性鼻塞，鼻炎患者可有鼻内干燥不适和烧灼感。

2、鼻炎患者可自觉使用滴鼻剂的效果越来越差，所需用药量越来越大、滴药次数越来越多。即出现多用减效现象也是药物性鼻炎的症状表现。

3、鼻粘膜外观从充血到苍白水肿不等，变化很大，典型的鼻炎患者粘膜呈紫红色。下鼻甲肿胀，药物性鼻炎的症状可呈暗红色，触之柔软，对麻黄素棉片反应不敏感，鼻道中有粘液性或粘液脓性分泌物。

4、药物性鼻炎的症状还包括有长期应用鼻血管收缩剂或血管收缩药物的病史，连续应用10天以上。在我们的生活中鼻炎算是一种很常见的疾病了，这种疾病在多数人的身上都是可以看到的。这种疾病虽然多见，但是还有很多人对鼻炎症状知识并不是那么的了解，下面我们就来了解下鼻炎症状知识。

由于鼻涕流入咽部和长期用口呼吸，常伴有慢性咽炎症状，如痰多、异物感或咽喉疼痛等。若影响咽鼓管，也可有耳鸣、耳聋等鼻炎症状，从而渐渐引发鼻炎。

鼻炎症状早期表现有鼻塞，轻重不等，多因鼻粘膜充血肿胀和分泌物增多所致，鼻塞常常可致暂时性嗅觉障碍。伴有鼻息肉时鼻腔可完全阻塞。脓鼻涕多也是常见的鼻炎症状。鼻涕一般为脓性或粘脓性，黄色或黄绿色，量多少不定，多流向咽喉部，单侧有臭味者，多见于牙源性上颌窦炎。

慢性化脓性鼻炎一般地明显局部疼痛或头痛。如有头痛，鼻炎症状常表现为钝痛或头部沉重感，白天重，夜间轻。

*****文章来自鼻炎药

: <http://www.81753biyanyao.com/biyanyao>

2、书挺不错的，鼻炎知识很详细，病理很清晰，不过能灵活运用，理论结合实际才行，其实有很多年间小偏方还是听不错的，贵在坚持，持之以恒！关于鼻炎鼻炎者必知的真相，详情交流，请加Q : 2450190339 www.caishibiyanyao.net

3、鼻炎(Rhinitis)指的是鼻腔粘膜和粘膜下组织的炎症。表现为充血或者水肿，患者经常会出现鼻塞，流清水涕，鼻痒，喉部不适，咳嗽等症状。鼻腔分泌的稀薄液体样物质称为鼻涕或者鼻腔分泌物，其作用是帮助清除灰尘，细菌以保持肺部的健康。通常情况下，混合细菌和灰尘的鼻涕后吸至咽喉并最终进入胃内，因其分泌量很少，一般不会引起人们的注意。当鼻内出现炎症时，鼻腔内可以分泌大量的鼻涕，并可以因感染而变成黄色，流经咽喉时可以引起咳嗽，鼻涕量十分多时还可以经前鼻孔流出。

鼻炎网站：<http://www.81753biyanyao.com/sitemap.html>中医学分析 鼻炎属中医学鼻渊范畴。其病因病机多为感受风热之邪或风寒之邪入里化热，热毒浊涕阻闭鼻窍而成。慢性者多因脾肺虚弱，肺气不足至卫外不固，易感外邪。脾虚则运化失职，痰湿滞留，困结鼻窍，浸淫鼻窦黏膜而成鼻渊。因此慢性鼻炎应清肺益脾，可用怡鼻散等方剂从根本上进行调理。中医药治疗鼻炎疗效可靠，毒副作用小，具有广阔的前景。

但它同样有一些问题亟待解决，主要表现在临床诊断及疗效标准不统一，与临床相应的实验研究远远滞后于临床，临床医生较多依赖临床经验。因此，治疗结果往往存在一定的差异，结论的科学性及可靠性也就不够，且多数临床报道只有近期疗效，而没有远期疗效的说明，从而影响疗效的判定。

发病因素 (一) 遗传因素 有变态反应家族史者易患此病。患者家庭多有哮喘、荨麻疹或药物过敏史。以往称此患者为特应性个体，其体内产生IgE抗体的能力高于正常人。但近年有作者发现，孪生与普通人群中的发病率无显著差异。

(二) 鼻粘膜易感性 易感性的产生源于抗原物质的经常刺激，但其易感程度则视鼻粘膜组织中肥大细胞、嗜碱性粒细胞的数量和释放化学介质的能力。现已证实，变应性鼻炎患者鼻粘膜中上述细胞数量不仅高于正常人，且有较强释放化学介质的能力。

《如何应对恼人的鼻炎》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com