

# 儿童过敏性鼻炎的识别与康复护理

了解儿童过敏性鼻炎的症状和诊断方法,并采取有效措施进行康复护理,是确保儿童健康成长的关键。

MD by M D



# 什么是儿童过敏性鼻炎

## 过敏性鼻炎定义

过敏性鼻炎是一种由过敏原引起的慢性鼻部炎症, 主要症状包括鼻塞、鼻痒、鼻涕等。

## 儿童高发

与成人相比, 儿童更容易发生过敏性鼻炎, 这与其免疫系统尚未完全发育有关。

## 多种过敏原

儿童过敏性鼻炎常见的过敏原包括花粉、尘螨、动物毛发等, 引起症状发作。

## 反复发作

儿童过敏性鼻炎往往表现为反复发作, 需要长期管理和治疗。



# 成因和诱发因素



## 环境因素

过敏性鼻炎常见的诱发因素包括粉尘、花粉、动物毛发等环境过敏原。



## 免疫系统异常

过敏性体质导致免疫系统对正常物质产生过度反应,引发鼻炎症状。



## 遗传因素

过敏性鼻炎往往存在家族遗传倾向,父母有过敏史的孩子发病风险更高。





# 症状及临床表现

## 鼻塞和流涕

儿童过敏性鼻炎的主要症状包括鼻塞、流鼻涕和鼻痒,通常伴有眼睛干涩、充血等表现。

## 打喷嚏和鼻子发痒

接触过敏原后,儿童会频繁打喷嚏和感到鼻子发痒,这是过敏反应的典型表现。

## 头痛和气管刺激

严重的过敏性鼻炎还可能引起头痛、眼睛疼痛、喉咙不适等症状,严重影响儿童的生活质量。

## 睡眠质量下降

鼻塞和流涕可导致儿童睡眠质量下降,影响学习和生长发育。

# 诊断及鉴别诊断

1

## 病史采集

详细了解患儿症状起始时间、诱发因素、过往病史及家族史等。

2

## 体格检查

评估鼻腔粘膜情况、鼻塞程度、分泌物性状等体征。

3

## 过敏原检测

通过皮肤试验或血清特异性IgE检测确认过敏原。

4

## 鉴别诊断

排除其他引起鼻塞、鼻痒等症状的疾病，如感染性鼻炎、中毒性鼻炎等。



# 常见的过敏原

## 花粉

花粉是引发儿童过敏性鼻炎最常见的过敏原之一。主要包括树木、杂草和农作物等的花粉。

## 尘螨

尘螨主要生存在家中的床垫、地毯和布艺等场所,是一种常见的室内过敏原。

## 动物皮屑

来自猫狗等宠物的皮屑、毛发和唾液中的蛋白质也可能引发过敏反应。

## 食物

牛奶、鸡蛋、花生等都可能成为引发儿童过敏性鼻炎的食物过敏原。

# 过敏原检测与诊断

1

## 皮肤试验

通过在皮肤上滴加可疑过敏原, 观察皮肤反应, 找出导致过敏的具体过敏原。

2

## 血液检测

检测血清中特异性IgE抗体的水平, 可以发现潜在的过敏原。

3

## 鼻腔检测

在鼻腔黏膜上直接滴加可疑过敏原, 观察局部症状, 可明确诊断。



# 急性发作期的处理

1

## 减少接触过敏原

尽量远离引发鼻炎发作的过敏源

2

## 症状控制

使用抗过敏药物缓解症状

3

## 减轻不适

采取舒缓措施帮助孩子尽快康复

当儿童出现过敏性鼻炎急性发作时,首要任务是尽快隔离引发过敏的触发因素,遏制症状的进一步恶化。同时采取药物治疗和生活调理措施,帮助孩子尽快恢复。这一阶段的关键是快速、有效地缓解症状,最大限度减少对孩子日常生活的影响。



# 急性期症状缓解的药物治疗



## 鼻腔喷雾剂

使用含有糖皮质激素的鼻腔喷雾剂可以快速缓解鼻塞、鼻痒等症状。该类药物作用迅速,可在15-30分钟内见效。

## 口服抗组胺药

选用非镇静型抗组胺药可有效控制鼻塞、流涕等症状。该类药物作用温和,无嗜睡作用,非常适合儿童使用。

## 鼻外软膏

应用含有糖皮质激素和抗组胺成分的软膏可有效止痒,同时缓解鼻翼红肿、擦伤等症状。

# 缓解期的护理措施

## 调理身心

在缓解期, 患儿应保持良好的睡眠作息, 适当进行放松活动, 如瑜伽、散步等, 有助于缓解炎症反应。

## 饮食调理

建议多食用清淡、营养丰富的食物, 如新鲜蔬果、全谷杂粮等, 增强免疫力。避免过辣、油腻等刺激性食物。

## 环境管理

保持室内空气清新, 勤开窗通风, 并定期清洁病房, 尽量减少接触过敏原。保持良好的个人卫生习惯。

## 药物使用

根据医嘱规律服用抗过敏、抗炎药物, 避免自行中断治疗。定期进行复查, 调整用药方案。

# 饮食调理与生活习惯的改善

## 1 合理膳食

从蛋白质、碳水化合物、维生素和矿物质等各方面均衡摄入,为身体恢复提供充分营养支持。

## 2 规律作息

保证充足睡眠,合理安排工作学习和娱乐活动,维持心情稳定,避免过度疲劳。

## 3 适度运动

选择适合自身情况的运动方式,如散步、游泳等,增强体质,改善免疫功能。

## 4 减少刺激

戒烟限酒,避免接触化学物质等刺激因素,降低对呼吸道的负担。



# 过敏原回避要点



## 遵医嘱佩戴口罩

在过敏发作期或外出时,可佩戴口罩有效阻隔过敏原进入。



## 保持室内空气洁净

及时清洁室内,使用空气净化器,减少灰尘和过敏原积累。



## 选用无尘纺织品

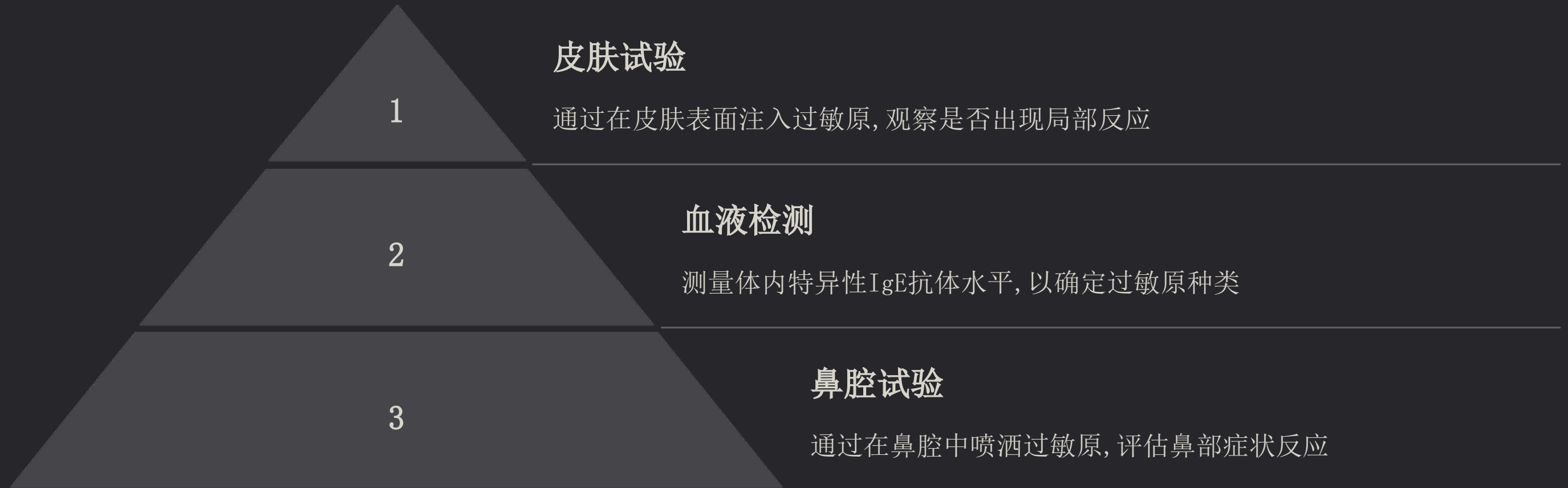
选择丝绸、棉质等材质,避免羽绒和毛绒制品积聚过敏原。



## 定期进行全面清洁

使用吸尘器定期清洁室内,减少被动吸入过敏原的风险。

# 过敏反应检测



过敏反应检测是诊断儿童过敏性鼻炎的关键步骤。通过皮肤试验、血液检测和鼻腔试验等方式, 可以确定患儿对哪些过敏原过敏, 为后续的治疗提供依据。这些检查过程安全可靠, 能够精准诊断过敏源, 帮助制定针对性的治疗方案。

# 免疫治疗的基本原理



## 增强人体免疫功能

免疫治疗通过刺激和培养患者自身的免疫系统,提高机体对过敏原的识别和消除能力,从而达到治疗效果。



## 减少过敏原反应

免疫治疗可以逐步降低机体对过敏原的敏感程度,减少或消除过敏反应的发生。



## 靶向性治疗

通过针对性地调节免疫系统的关键环节,免疫治疗可以精准地控制过敏反应,降低治疗副作用。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/448131112012007006>