



## 漿液性中耳炎護理指導

2020.09 制定  
2024.12 修訂

### 一、原因：

漿液性中耳炎俗稱中耳積水，因鼻咽部的耳咽管(歐氏管)阻塞或功能不良引起，非耳朵進水造成。常因上呼吸道感染、鼻過敏、鼻竇炎、腺樣體肥大、鼻咽腫瘤、唇顎裂、頭頸部放射線療後，導致聽力變差、耳悶、耳內有水聲症狀。若積水超過3個月以上易造成聽小骨沾黏、慢性中耳炎與聽神經永久受損。

### 二、治療：

- (一)急性期需配合醫師之藥物處方治療與追蹤，直至耳咽管功能恢復及中耳積液消退。
- (二)經評估可執行中耳壓力平衡運動，如嚼口香糖、吹氣球、自我灌氣動作，以增強耳咽管功能促進積水消退。(如下圖示)。
- (三)若治療未改善，則需做耳膜切開或放中耳通氣管手術。

### 三、居家照護：

- (一)依照醫師指示按時服用藥物，追蹤中耳積水至消退為止，不可自行停藥。
- (二)有鼻涕需張口擤單邊鼻涕，勿倒吸鼻涕至鼻腔內以防中耳炎。
- (三)定期接種疫苗可增強免疫力、減少或避免被傳染感冒的機會。
- (四)若出現耳悶塞感、耳朵痛、聽力減退或反應遲鈍等症狀時請立即返診求治。

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，任何疑問可利用馬偕醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760、新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉311，諮詢時間：週一至週五上午9:00-12:00，下午2:00-5:00。

祝您 平安健康

※中耳壓力平衡運動圖解說明：

(1) 吞嚥或下顎關節運動：捏緊鼻子→做吞口水的動作；下顎往前推動作或打哈欠動作。



(2) 自我灌氣(類 Valsalva's maneuver)：捏緊鼻子閉氣將氣灌到耳朵。



(3) 吹氣球運動(Autoinflation):可經由鼻孔吹氣球運動，按住一側鼻孔另一側鼻孔→感覺有氣體進入耳咽管即可放開正常呼吸



※備註:操作前需將鼻部分泌物清除。