

shinyihuang00 / January 12, 2016 01:57PM

[寶寶鼻塞該怎辦？汐止吳婦產科附設小兒科教你如何解決鼻塞的問題](#)

不少父母親都一定有過半夜起床安撫生病寶寶的經驗，其實幼兒鼻塞辛苦的不僅是照顧的父母親，幼兒本身也是相當地難受。幼兒因為感冒或是過敏導致鼻塞，常常將鼻涕掛在鼻子上，嚴重時還會造成睡不好而半夜哭鬧，也因此帶給父母親不少生活上的煩惱，汐止吳婦產科附設小兒科醫師指出，幼兒在兩個月大以前只會靠鼻子呼吸，口腔呼吸是後來慢慢學習的，所以兩個月以前的幼兒鼻塞時都會特別難過。

造成鼻塞的原因主要是幼兒鼻腔和鼻竇的構造尚未發育完全，加上鼻腔黏膜較為敏感，而導致幼兒經常有鼻塞的問題。汐止吳婦產科附設小兒科醫師說明，天氣冷或氣溫低時更容易造成幼兒鼻塞的問題，因為冰冷的空氣會加速鼻腔黏膜的循環，造成鼻甲黏膜充血腫脹，而鼻夾黏膜腫脹，會使鼻道更狹小，一旦鼻道狹窄，特別容易導致呼吸困難。因此建議媽媽可以用熱毛巾濕敷在幼兒的鼻子上，因為鼻黏膜在遇熱會發生收縮，使鼻涕化成水流出鼻腔，進而緩解鼻塞的問題。

另外也因為幼兒的鼻黏膜和成年人一樣，每天都有正常量的分泌物，當分泌物累積一段時間後，就會變成乾燥的鼻屎塊，堵塞幼兒狹窄的鼻腔，而導致鼻塞甚至會發出“哽哽”的鼻塞聲，媽媽這時可以利用醫療專用的棉棒慢慢睇將鼻塞的分泌物清出即可，但由於幼兒的鼻子較為嬌嫩，所以媽媽在幫助寶寶處理鼻腔異物時，動作一定要輕柔，以免碰傷寶寶的鼻子。

大部分幼兒有鼻塞症狀時，也會伴隨著哭鬧或是食物不振等問題，因此建議媽媽遇到鼻塞問題時可以先根據幼兒的實際情形，進行正確的處理，但若鼻塞狀況遲遲沒有改善，甚至嚴重地影響幼兒的睡眠或食慾時，還是建議媽媽要盡快帶寶寶去給專業醫生看診，汐止吳婦產科附設小兒科醫生表示，院內的專業醫師會根據寶寶鼻塞狀況不同，給予適當的治療，藥物的使用上也符合幼兒的條件。讓我們一同守護寶寶的健康，伴隨寶寶一同快樂成長。
