

從耳鳴、鼻炎到吞嚥困難： 中西醫整合照護在耳鼻喉疾病中的角色

文·圖／中西醫結合科 主治醫師 吳佩青

在診間，我常遇到兩種類型的病人。第一類是拿著西醫的檢查報告，滿臉困惑地問：「醫師，西醫說我鼻子沒長東西、喉嚨也沒發炎，但就是覺得塞塞的、卡卡的，這到底是為什麼？」第二種類型則是深受慢性症狀困擾，長期服用西藥卻覺得效果陷入瓶頸，想轉向中西醫整合門診尋求「根治」的方法。

其實，耳鼻喉作為人體與外界溝通的第一道防線，處理的是呼吸、聽覺、嗅覺與吞嚥等極其精細的功能。當這些功能出現偏差時，西醫的精準檢查能幫忙排除器質性病變（如腫瘤、嚴重發炎）；而中醫的「整體觀」則能用來調整體質的失衡。

以下針對診間常見的三大耳鼻喉困擾——耳鳴、鼻炎與吞嚥障礙，分享中西醫如何攜手合作發揮「1+1>2」的治療效果。

一 耳鳴篇： 不只是耳朵響，更是身體的「警報器」

耳鳴是指在無外界聲源下，病人主觀感受到聲音的現象。它可能是尖銳的高頻聲，也可能是沉悶的低鳴或間歇性聲響，常在安靜環境中更加明顯。

西醫觀點 排除器質性病變的風險

面對耳鳴，西醫的首要任務是評估是否

存在明確的病理原因，包括內耳功能異常、聽神經病變、老化性聽力退化或噪音傷害等。透過聽力檢查、神經學檢查與影像檢查協助排除潛在的結構性問題，並針對原因進行治療。



耳鳴是診間常見問題，中西醫整合治療可發揮加乘效果。（圖片由AI生成）

示意圖非當事人

若是「突發性聽損」（俗稱耳中風），在黃金期內及時治療是保住聽力的關鍵。

中醫觀點 臟腑與氣血的對話

中醫認為「腎開竅於耳」，但耳鳴不全然等於腎虛。臨床上常見「肝火上擾」或「氣血不足」。病人常伴隨失眠、焦慮或頭暈。

整合照護

對於檢查結果正常但症狀持續的病人，中醫調理可補強功能性，例如透過針灸或中藥調整體質，改善耳蝸與內耳的微循環。或是配合平肝潛陽藥方來穩定自律神經，減少大腦對耳鳴信號的過度關注，進而減輕煩躁感。

- 小青醫師的生活處方：避免過度疲勞與熬夜，睡前減少咖啡因攝取。有空可以按壓耳朶後方的「翳風穴」，改善局部氣血循環。

二 鼻炎篇： 從「對抗發炎」到「重建防線」

鼻炎是影響日常生活最廣泛的耳鼻喉疾病之一，常見症狀包括鼻塞、流鼻水、打噴嚏及嗅覺減退。長期發作不僅影響呼吸，更會導致睡眠品質下降與注意力不集中。

西醫觀點 精準止損

急性期時，抗組織胺與類固醇鼻噴劑是「救急」的利刃，能迅速控制過敏反應。若有鼻中隔彎曲嚴重或有鼻息肉，手術更是立竿見影。

中醫觀點 肺脾腎功能失調

中醫認為「肺開竅於鼻」，與脾、腎功能亦相關。肺氣虛者易反覆感冒，脾虛者水濕代謝不佳，腎氣不足則常見慢性反覆發作。常見虛實夾雜，需辨證用藥。

整合照護

在急性期，西醫治療可迅速控制發炎與過敏反應；在緩解期，中醫調理則有助於降低復發頻率。臨床上透過整合照護，能顯著延長不發作的時間，減少對藥物的依賴。

三 吞嚥與咽喉篇： 跨專業整合的重要領域，重拾「吃」的尊嚴

吞嚥功能關乎生活品質及生存尊嚴。在高齡族群中，吞嚥障礙常容易被誤認為正常老化，卻可能潛藏著營養不良與「吸入性肺炎」的風險。

西醫觀點 功能性評估與安全指引

西醫透過吞嚥攝影或內視鏡檢查找出障礙位置，由語言治療師提供復健訓練與飲食質地調整。

中醫觀點 氣機運行與痰濕阻滯

中醫將吞嚥困難歸因於氣虛無力、痰濕阻滯或氣機不暢，常見於中風後、久病體虛或情志壓力者。中藥及針灸可以改善吞嚥反射，協調吞嚥相關的肌肉與神經。筆者曾治療過一位百歲病人，因新冠重症住院後，吞嚥功能變差導致反覆吸入性肺炎，在西醫治療基礎下配合中藥與針灸，促進肌肉協調與神經修復，最後病人成功痊癒出院，且能正常進食。

整合照護

吞嚥障礙是需要長時間治療的症狀，西醫可提供精準評估與安全指引，中醫則透過針灸與中藥促進功能恢復。對於中風後或高齡族群的長期照護至關重要。

耳鼻喉系統與呼吸、消化及神經系統

密切相關，亦容易受到壓力、睡眠與生活型態影響。因此，許多症狀具有「功能性」與「慢性反覆」的特性。西醫在診斷與急性治療方面具有明確優勢；而中醫則強調個體差異與體質調整。當兩者整合時，能同時處理疾病的「原因」與「表現」，更符合慢性病長期照護的需求。

結語

中西醫攜手，陪您找回健康的節奏

耳鼻喉系統與呼吸、消化及神經系統密切相關。西醫在診斷與急性治療上有明確優勢，而中醫則在體質調整與功能改善上展現長才。如果您符合以下情況，中西醫整合醫療會是您的好選擇：

- ① 症狀長期反覆發作（如慢性耳鳴、鼻炎）。
- ② 檢查結果正常，但身體仍感不適（如喉嚨異物感）。
- ③ 長期用藥效果有限，或想減少藥物依賴。
- ④ 高齡或中風後有吞嚥困擾。

透過中西醫的共同把關，在「通、聽、吞」的日常裡，重新找回生活的平衡與自在。

醫師小叮嚀

以上內容僅供衛教參考，若有身體不適，請務必親自前往醫院尋求專業醫師的診斷與治療。📞

