

# 喉嚨痛

「喉嚨痛」常見於幼兒，一般都同時會出現發燒和拒食等情況。其實喉嚨痛是一種症狀而並不是疾病。喉嚨痛最普遍是由病毒引起，大部分情況都會不藥而愈。可是部分喉嚨痛卻是由細菌感染引起的，這情況必須及時使用抗生素，否則可能引致猩紅熱、風濕熱、敗血症等併發症，嚴重時甚至會有生命危險。家長若懂得正確的處理方法，不但可減少孩子的痛楚，亦可減低併發症出現的風險。

## 常見引致 喉嚨痛的 疾病

喉嚨痛多是因急性咽喉發炎或創傷引起，常見的成因包括：

- 上呼吸道感染(例如腺病毒、流行性感冒等)
- 腸病毒感染(例如咽峽炎、手足口病)
- 疱疹病毒感染(例如齦口炎、口腔炎)
- 鏈球菌感染(例如扁桃體炎)
- EB病毒感染(例如傳染性單核細胞增多症)
- 啃雞骨或魚骨
- 念珠菌感染(即鵝口瘡)
- 口瘡(痒滋)

## 需要到急症室嗎？

如遇下列任何一項情況，應盡速帶孩子到急症室，緊記帶同曾服用藥物的資料及病歷：

- 體溫升高至40℃ / 104℉ 以上
- 呼吸困難、嚴重咳嗽或胸痛、哮喘（咳嗽聲像狗吠）
- 面色蒼白或嘴唇藍
- 昏迷、神智不清、精神恍惚、癱瘓、全身抽搐（抽筋）、頸梗僵直
- 喉痛相當難耐、咽食或張口有困難、不停流口水
- 嚴重嘔吐、腹瀉、腹痛、腰痛、脫水
- 懷疑啃魚骨或雞骨



## 如情況不嚴重，可在家居護理

- 1 孩子發燒時，應每4小時探熱至少一次（視乎情況而調整），並妥善記錄。
- 2 按醫生指示服退燒藥及其他藥物。
- 3 替孩子沖溫水浴或以溫水抹身，亦可用退熱貼及冰袋減輕不適，但不宜使用酒精抹身。
- 4 發燒時應穿著與平時相近的衣著，並以長袖鬆身單衣為佳。
- 5 應保持室內空氣流通、溫度適中。
- 6 給予孩子足夠飲料（每天約6至8杯飲料），但一次過不要過量。
- 7 選擇容易消化和不肥膩的食物，進食時最好要少食多餐。
- 8 注意口腔衛生，常用溫水或鹽水漱口可避免口腔潰瘍，唇乾時可塗上潤唇膏。
- 9 多休息，停做劇烈運動。

10 應持續觀察孩子整體情況，遇下列情況盡早求診：

- 情況不斷惡化
- 呼吸困難、聲音沙啞
- 嚴重拒食、流口水、並有脫水現象
- 發燒持續於38.5℃ (101℉) 或以上
- 頸淋巴腺腫大、頸梗或頸痛
- 喉嚨有白微粒、含膿、潰瘍
- 出疹
- 嚴重肚痛、頭痛
- 孩子最近接觸過猩紅熱或手足口病患者

## 醫生會怎樣處理？

- ✓ 醫生會根據病歷和身體檢查來找出喉嚨痛的成因。
- ✓ 醫生會按情況決定是否需要安排檢驗去協助找出病原，而常用的檢驗包括鼻液檢查、喉嚨細菌培植、流感或鏈球菌快速測試和驗血等。
- ✓ 大部分發燒是由病毒引起，一般會自然痊癒，只需用退燒藥或舒緩徵狀的藥物即可。
- ✓ 如感染嚴重流感，醫生可能會處方抗流感病毒藥物。
- ✓ 如懷疑病因是細菌感染，醫生會處方抗生素治療。
- ✓ 如情況嚴重，醫生可能會建議入院作進一步檢查及治療。
- ✓ 如扁桃體發炎和腫脹嚴重或復發頻繁，可能需要作切除手術。

## 常見的謬誤

- X 不少家長以為喉嚨痛是熱氣及吃煎炸食物引起，誤會只需多飲清熱飲料便可。其實喉嚨痛大都是因感染引起，而約30%的喉嚨痛是由細菌感染引起，須使用抗生素醫治。由於延誤治療可引致猩紅熱、風濕熱、心臟病及關節炎等併發症，家長宜及早帶孩子往見醫生。
- X 另一方面，亦有家長以為喉嚨痛一定要使用抗生素醫治，其實70%的喉嚨痛是由病毒引起，而這情況下抗生素是沒有效用的。如孩子是患上「傳染性單核細胞淋巴核增多症」，服了抗生素反而可引致出疹，令病情更趨複雜。

### 小錦囊

- ✓ 抗生素必須經由醫生處方，並必須按指示完成整個療程。
- ✓ 給予孩子足夠水份有助退熱，預防脫水及高熱痙攣。
- ✓ 漱口水對減少喉嚨痛的效果不大，亦不宜用於五歲以下的孩子。
- ✓ 喉嚨噴劑只提供很短暫的止痛功效，但卻容易引致麻痺，使用時亦需小心注意是否有引起嗜入性肺炎及敏感。
- ✓ 病童如有發燒，應在燒退後48小時才回校上課。
- ✓ 喉糖或糖果舒緩喉嚨痛的效果輕微，亦不宜給予兩歲以下的孩子。
- ✓ 良好的 生習慣可預防感染。