

中耳炎（耳痛）

(Otitis media (earache) - Simplified Chinese / Mandarin)

本建议适用于在咨询医生后将孩子带回家的父母/照顾者。
您的医生可能会根据孩子的病情建议不同的治疗方法。



中耳是鼓膜后面的一个小空间。这个空间通常充满空气。中耳炎是中耳的感染，会导致发炎和积液。它通常极为疼痛，并可能伴有高烧。

中耳炎的症状可能会包括：

- 耳痛
- 发热
- 痛苦
- 拉扯或摩擦耳朵
- 轻度的听力下降

在大多数情况下，中耳感染的症状发展很快，并会在几天内消失。在某些情况下，脓液可能会溢出耳朵。这是在鼓膜后面积聚的液体，在鼓膜上形成了一个小孔。这往往会自行恢复。

原因

幼儿（5岁以下）的大多数耳痛/中耳炎病例是由病毒感染引起的。您的孩子可能还会流鼻涕和咳嗽。咽鼓管是将中耳连接到喉咙后部的细小管道。它的主要功能是调节耳朵中的气压。它的另一个功能是排出积聚的任何液体或粘液。常见的“感冒”可能会造成咽鼓管阻塞，导致积液或粘液积聚，并造成耳痛。

治疗

大多数患有中耳炎（耳痛）的儿童不需要使用抗生素治疗。抗生素很少能加速恢复，并经常会引起皮疹和腹泻等副作用。它们还会促使您的孩子产生抗生素抗性细菌。

通常仅在以下情况下才考虑使用抗生素：

- 未满6个月大，且患有中耳炎。
- 从耳朵流出脓液。
- 存在严重的健康问题，使其更容易受到严重感染。
- 此外，如果您的孩子有任何严重的感染特征（如下所述的“红灯”或“黄灯”中的特征），则需要由医护人员进行紧急评估。

您可以通过以下方法帮助缓解症状：

- 给您的孩子扑热息痛（paracetamol）或布洛芬（ibuprofen），以帮助缓解疼痛。
- 鼓励您的孩子多喝水。

预防

无法预防耳朵感染；但是，您可以做一些可能会减少孩子患此病的机会的事情：
确保您的孩子接受了所有需要接种的疫苗。
避免让您的孩子暴露在烟雾弥漫的环境中（被动吸烟）。

我应在何时寻求帮助？

 <p>红灯</p>	<p>如果您的孩子有以下任何一项：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 嘴唇发紫； • 呼吸暂停、或呼吸不规律； • 呼吸困难至无法说话/进食或饮水； • 脸色苍白、皮肤有斑块、身体摸上去不同寻常的冰冷； • 抽搐发作； • 变得极度烦躁（即使企图分散其注意力，仍哭泣不休）、思绪不清或非常昏昏欲睡（难以醒来）； • 出现皮疹，并且该皮疹不会随着压力而消失（“玻璃杯测试”）。 • 未满1个月大，体温在摄氏38°C / 华氏100.4°F或以上。 	<p>如果您的孩子有以下任何一项： 前往最近的医院急诊科或拨打999</p>
 <p>黄灯</p>	<p>如果您的孩子有以下任何一项：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 从耳中流出脓液。 • 在耳后出现肿胀，或在耳后疼痛加深/发红。 • 出现头晕或失去平衡。 • 变得昏昏欲睡（过度困倦）或烦躁（通过玩具、电视、食物或抱起他们都无法安抚）- 尤其是即使退烧了仍继续昏昏欲睡或烦躁不安。 • 抱怨剧烈的头痛和颈部僵硬/疼痛，或在明亮的灯光下感到不适（畏光）。 • 呼吸有问题，例如呼吸急促、呼吸困难，或非常费力才能呼吸（吸气时下肋骨下方的肌肉缩进）。 • 看上去脱水（眼睛凹陷、昏昏欲睡或超过12小时未排尿）。 • 极度发抖或抱怨肌肉疼痛。 • 年龄在1-3个月之间，体温为摄氏38°C / 华氏100°F或更高；或3-6个月大，体温为摄氏39°C / 华氏102.2°F或更高（但婴儿在接种疫苗后最多达2天内往往会发烧）。 • 持续发烧摄氏38.0°C或以上，或持续发烧超过5天。 • 越来越严重，或您有所担心。 	<p>您需要在今天联系医生或护士。 请给您的全科医生（GP）诊所打电话，或致电NHS 111 - 拨打111。</p>
 <p>绿灯</p>	<p>如果以上“红灯”或“黄灯”方框中的特征均不存在。</p>	<p>自我护理 继续在家中为您的孩子提供护理。如果您仍然担心孩子，请联系您的全科医生（GP）或致电NHS 111 - 拨打111。</p>