



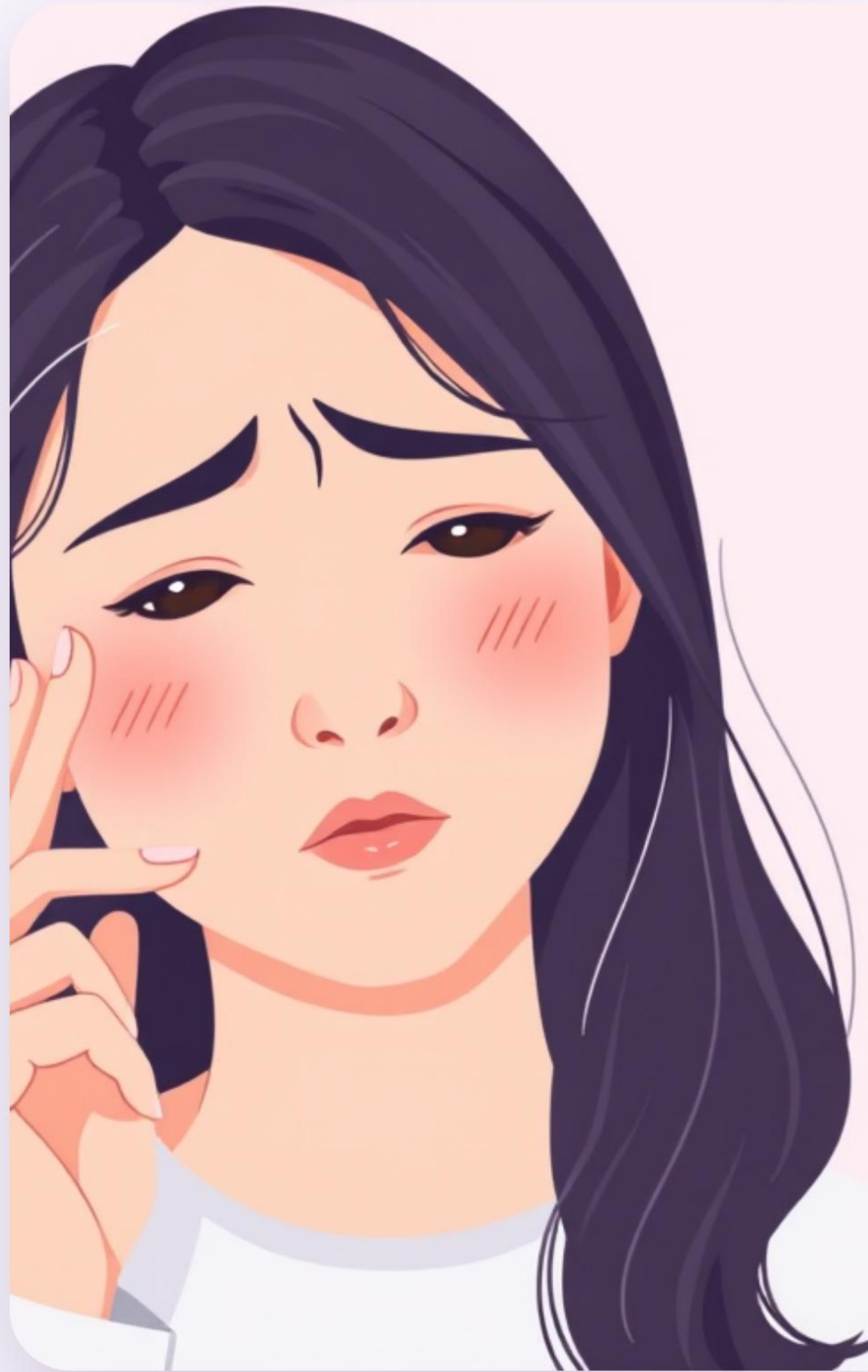
LS Dental

怡保 · Dr. Kent Teoh

患者指南

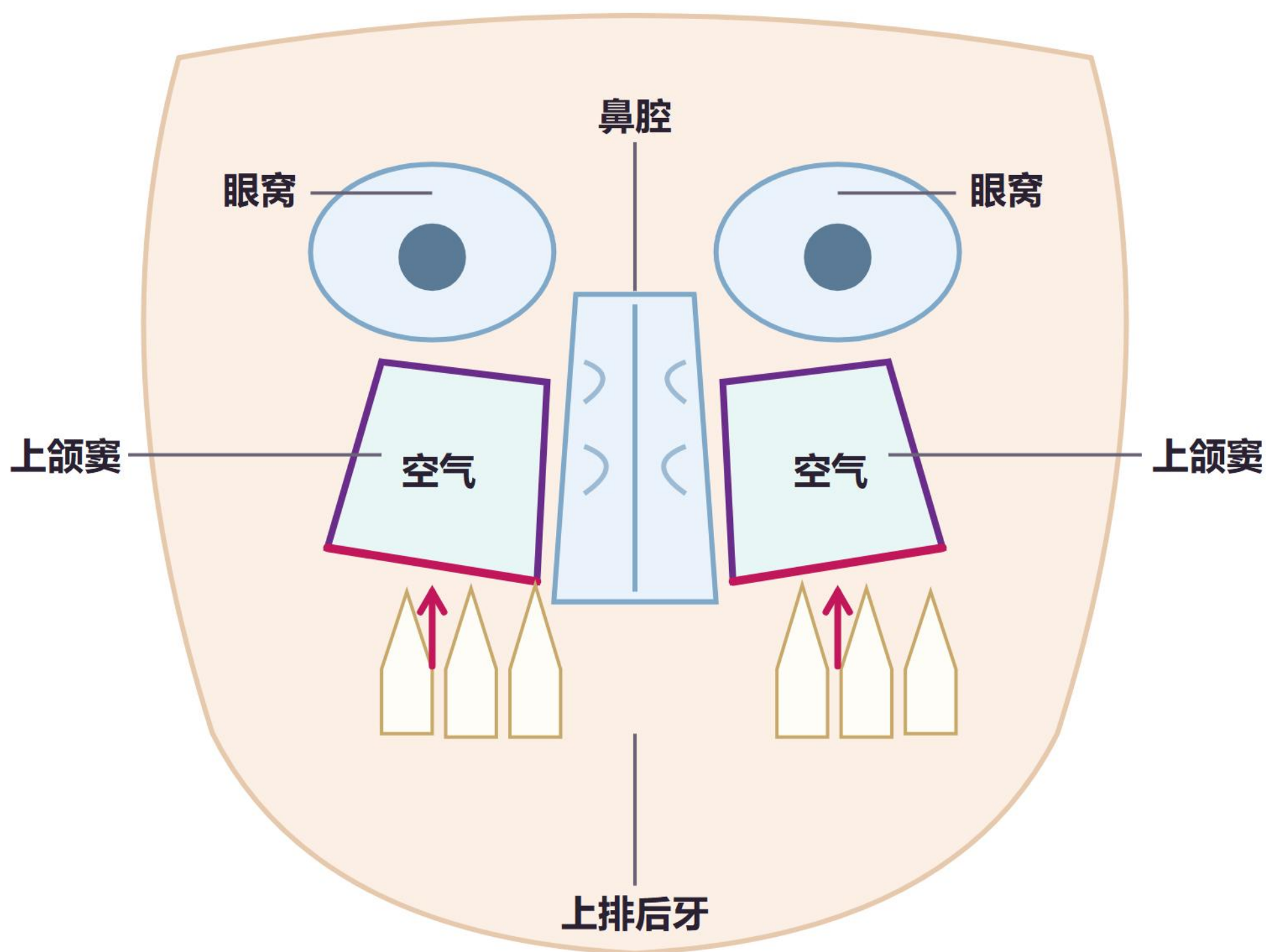
# 上颌窦炎

位于上排牙齿上方的鼻窦 — 为何牙痛和鼻塞可能是同一个问题。



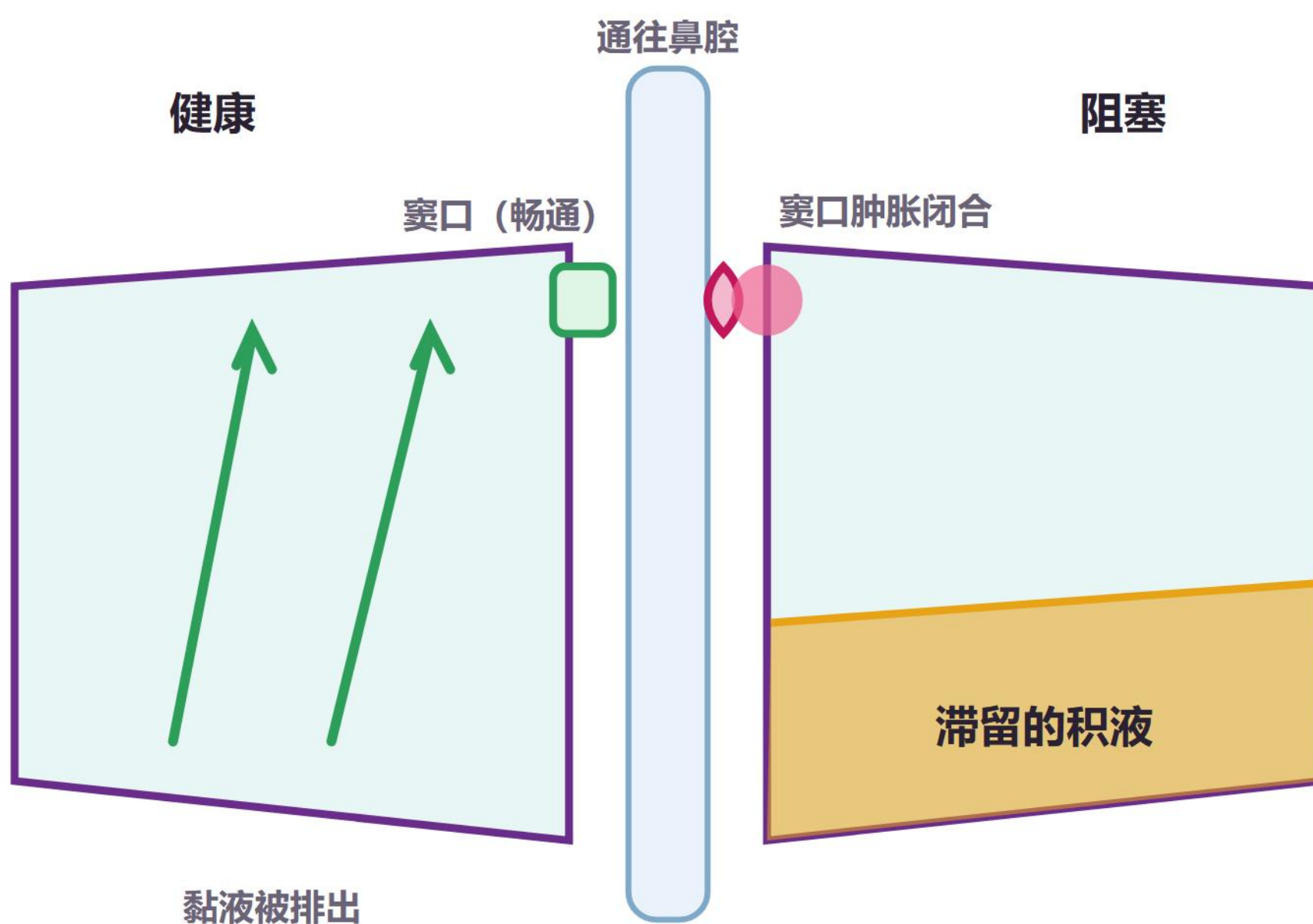
# 什么是上颌窦炎？

**上颌窦**是脸颊骨内两个充满空气的空间 — 也是最大的鼻窦。它们的**底部**就位于**上排后牙的正上方**。当内膜发炎肿胀时，就是鼻窦炎。



# 鼻窦为何会阻塞

鼻窦通过一个小开口（称为**窦口**）排流，它位于窦腔的**上方**。细小的纤毛把黏液向**上**推送才能到达。感冒、过敏或牙齿感染引起的肿胀会封住这个开口 — 于是积液滞留、细菌滋生。



## 排流是向上的

因此即使开口附近轻微肿胀也能阻塞整个鼻窦 — 而上排坏牙上方的阻塞，只有治好那颗牙才会消退。

# 两种起因

上颌窦炎通常来自两个方向之一——而牙齿这个成因很容易被忽略。约三分之一的单侧病例其实起于牙齿。

## 来自鼻子

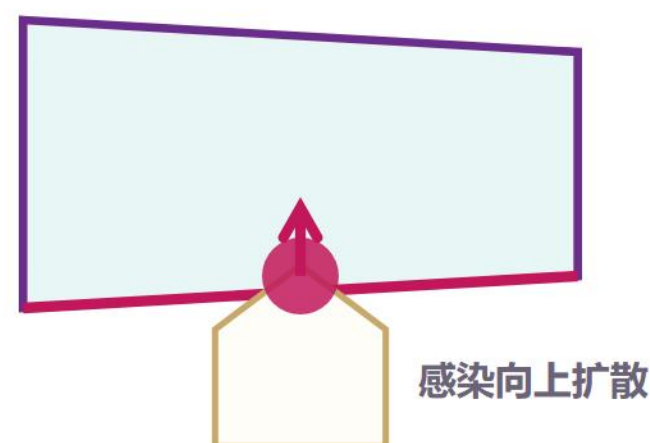
### ● 鼻源性



- 感冒或流感
- 过敏 / 花粉症
- 肿胀封住鼻窦开口
- 结构狭窄（鼻中隔偏曲）会加重

## 来自牙齿

### 牙源性



- 上排后牙深龋或脓肿
- 牙根周围的牙周病
- 拔牙后（通向鼻窦的孔）
- 种植体或填料被推入鼻窦

# 需留意的症状

鼻窦炎和牙痛感觉相似，因为鼻窦就压在牙根上。留意这些 — 尤其是**只在一侧**。



## 脸颊压迫与疼痛

眼下胀满，低头时加重



## 上排后牙酸痛

几颗上牙同时隐隐跳痛



## 鼻塞或流鼻涕

患侧鼻塞



## 鼻后滴流

变色黏液流向喉咙



## 嗅觉减退

食物变得无味



## 持续 > 10 天

或好转后又复发



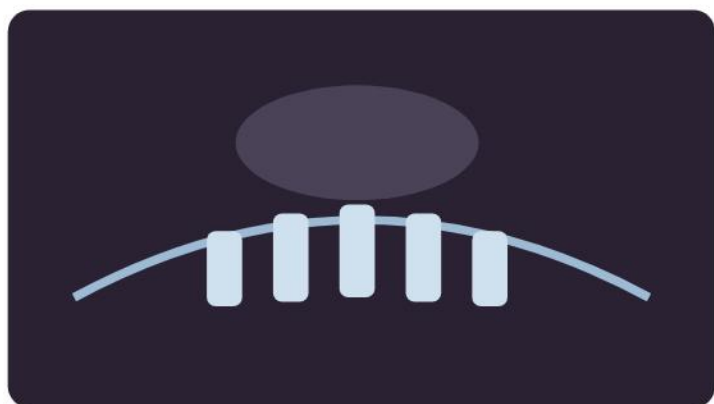
## 红色警号 — 想到牙齿：

症状**只在一侧**，加上**口中异味或臭味**，往往指向牙齿成因。

# 牙医如何找到它

目标是找出**真正成因**，而不只是掩盖症状。先做牙齿和鼻部检查 — 再做合适的扫描。**普通 X 光可能漏掉牙齿成因**，所以 3D 扫描是黄金标准。

## 2D X 光 (OPG)



- 快速、平面、全颌视图
- 适合初步观察
- 影像重叠会遮住细小的牙根和鼻窦问题

## 3D 扫描 (CBCT) — 黄金标准



- 3D 逐层显示 — 无重叠
- 精准定位是哪颗牙或牙根
- 清楚显示积液和窦底

# 治疗与何时来找我们

治疗针对**成因**时最有效。若背后是牙齿问题，单清鼻窦无用 — 它只会反复发作。

## ● 若成因在鼻子

- 生理盐水冲洗与消充血
- 鼻用类固醇喷剂
- 仅在确有需要时用抗生素

## 若成因在牙齿

- 治疗牙齿：根管或拔除
- 引流感染
- 封闭通向鼻窦的开口



### 顽固病例

若仍不消退，小型微创鼻窦手术（内视镜鼻窦手术）加上牙科治疗通常可解决。

**鼻窦疼痛久久不退？  
先来检查牙齿吧。**

一次简单的牙科检查即可判断是否牙齿引起 — 省下数月反复的鼻窦炎。



[wa.me/601111896237](https://wa.me/601111896237)

# 急性，还是慢性？

多数鼻窦炎发生在感冒后，几周内会好。真正重要的是**时间** — 它告诉我们该多担心；而持续、单侧的病例最可能源自牙齿。

第 1 天 — 常从感冒开始

急性

少于 4 周

亚急性

4 – 12 周

慢性

超过 12 周

## ● 通常会自愈

- 感冒后出现，双侧
- 10–14 天内缓解
- 休息、多喝水、盐水冲洗

## 该看专业人士

- 超过 10 天仍无好转
- 好转后又突然加重
- 反复发作在**同一侧** → 检查牙齿

# 立即去医院如果...

严重并发症**并不常见** — 约千分之一 — 但鼻窦感染紧邻眼睛和大脑。一旦出现以下任一情况，别等待：立即前往急诊。



**眼周肿胀或发红**

浮肿、眼球突出



**复视或视力下降**

或眼球转动困难



**剧烈头痛**

前所未有，伴意识模糊或嗜睡



**高烧与颈部僵硬**

额头肿胀且按压柔软

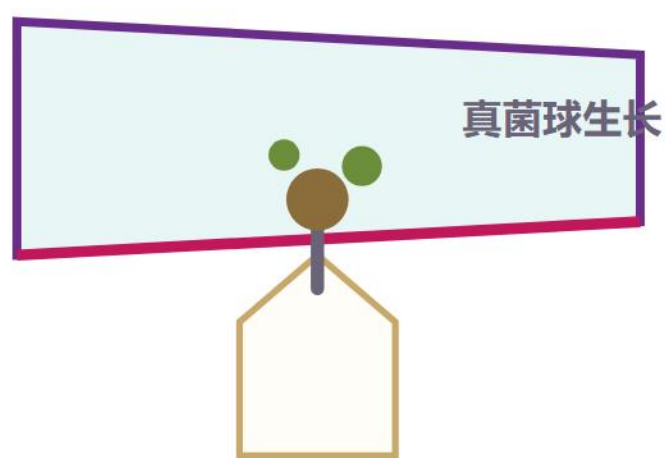


这可能意味着感染正扩散到眼睛或大脑。**急救能保护你的视力 — 请尽快就医。**

# 当牙科治疗留下痕迹

有时鼻窦问题是早前牙科治疗遗留的。这类病例**用抗生素无法清除** — 必须处理那个异物或开口。

## 被推入鼻窦



- 根管材料被推出根尖
- 真菌（曲霉）在其上滋生
- 几乎总是只在一侧

## 遗留的开口



- 上牙拔除后留下的孔
- 空气、液体或细菌在口腔与鼻窦间穿行
- 需缝合封闭才能愈合



**解决办法在牙科：**取出异物或封闭开口、治疗牙齿并清理鼻窦 — 常与耳鼻喉外科医生共同处理。

# 保护你的鼻窦

你无法避免每一次感冒 — 但能阻止小问题演变成数月的鼻窦阻塞与疼痛。最关键的是**健康的上排牙齿**。



## 及早治疗上牙

在龋齿和牙周问题波及鼻窦前处理好



## 用盐水冲洗

在感冒和过敏季轻柔清洗鼻腔



## 控制过敏

控制花粉症，让开口保持通畅



## 别忽视单侧征象

及早检查能更快发现牙齿成因

## 要拔上牙或做种植？

若你有鼻窦困扰请告诉牙医 — 上牙拔除后愈合期间避免用力擤鼻。这能保护牙齿与鼻窦之间那层薄薄的窦底。