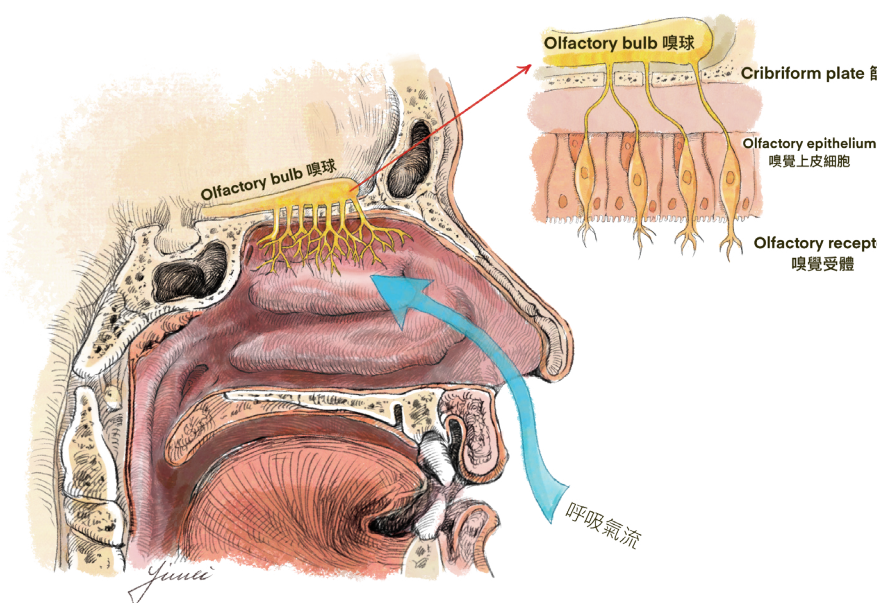


人類是怎麼聞到味道的？

失去嗅覺我該怎麼辦？

文：光田醫院 沈炳宏醫師

圖：高醫附醫 孫宜緯醫師



嗅覺是人類五種基本感官之一，嗅神經更列為第一對腦神經，為12對腦神經之首。嗅覺對於動物非常重要，除了尋找食物、嗅出天敵的氣味趕緊逃避，更是繁衍下一代不可或缺的費洛蒙氣味造成異性吸引。那，我們是怎麼聞到味道的？

首先，你必須要有個**通暢的鼻通道**，讓氣味分子能夠到達周邊的嗅區。人類鼻部的嗅區位於鼻腔的中線最高的地方。所以如果你有**鼻竇炎、鼻息肉**阻礙通道，是會影響嗅覺的。這也是一般嗅覺出問題的主因。

第二，你的鼻黏膜分泌物要正常，氣味分子才能溶解於其中。分泌物太多或太少，都會影響嗅覺。

第三，你的嗅覺神經細胞以及纖毛、還有支持性細胞要正常，這樣才能感應黏液中的氣味分子，並把這個訊號轉成電性衝動，傳遞往顱底的嗅球。**新冠肺炎**之所以會造成嗅覺喪失，就是病毒造成支持性細胞發炎腫脹，壓迫嗅神經阻礙了神經衝動。

第四，神經衝動經由嗅絲鑽過顱底骨到達嗅球，嗅球整合訊號與再分配之後，送往大腦。如果**頭部外傷**造成顱底骨骨折，有可能連帶嗅絲斷裂，造成失嗅。

第五，由嗅球發出的訊號送到大腦去解讀，我們就會感受到氣味。當然此訊號不是單行道，中間會有記憶、情緒、胃口、性衝動等各種神經訊號一起被啟動。所以我們每個人都有喜歡與不喜歡的氣味，這個跟記憶、經驗有很大的關係。甚至**憂鬱**的病人嗅覺會減退，**帕金森疾病**的患者在還未患病前就先會嗅覺喪失，都是嗅覺與中樞神經系統息息相關相關的證據。

失去嗅覺，我該怎麼辦？

首先，一定要先請耳鼻喉科專科醫師檢查。通常會先做簡單的鼻鏡檢查，或加上鼻竇的 X 光檢查，先釐清有無明顯的鼻部疾病。同時接受客觀的心理生理**嗅覺測試**，就像是視力檢查或是聽力檢查，有個量化的依據，可以在未來的療程中，觀察到嗅覺的變化。當然，視需要可能還會排立**電腦斷層或是核磁共振**，來排除鼻腫瘤或是顱底腫瘤的可能性。

那，萬一鼻子都很正常，我還是聞不到，還有其他的原因嗎？

有的，而且原因還不少。當然，真正的原因還有賴您的主治醫師幫您抽絲剝繭。不過，臨床上仍有不少的比例，真的是**找不到**失去嗅覺的原因，這還有賴未來的醫療科技來克服了。

治療嗅覺喪失，跟治療許多疾病一樣，必須先找到原因再加以治療。例如鼻竇炎或鼻息肉引起的嗅覺喪失，可以用洗鼻、**鼻噴劑**甚至**手術**來改善；針對頑固型的鼻息肉患者，近年來更有非類固醇類的**生物製劑**可以使用。其餘少見導致嗅覺喪失的原因，大部分仍能透過一些醫療實證的方式加以改善；莫聽信偏方，反而弄巧成拙。

最後再提醒治療無效的失嗅的患者，用餐時盡量呼朋引伴，免得誤食腐壞的食物；也盡量不要獨居；若獨居時千萬要做好瓦斯及火災警報器，免得因為聞不到而錯失逃生的良機。

