

港城名医谈

小心秋季鼻炎找上你

专刊记者 闫丽君 通讯员 成修 王婧

“

秋雨过后,天气忽冷忽热,尤其是早晚温差变化较大。记者日前从烟台毓璜顶医院了解到,前阵子那股冷空气刮过之后,秋天就急匆匆地赶来了,秋干物燥、冷热不均,使得罹患过敏性鼻炎的市民陡增。为此,医生提醒,儿童患过敏性鼻炎,一定要提前预防,对症下药,及时治疗。



秋季鼻炎来袭 儿童患者增多

最近,市民张女士老感觉鼻子难受,经常打喷嚏、流鼻涕。“常常是晚上鼻塞的难受,好久都睡不着,”张女士说,“而白天却流鼻涕,严重到一天就可以用完一卷卫生纸,简直是痛苦死了。”到医院一检查,原来是老毛病又犯了。张女士称,是一名老鼻炎患者,断断续续发作已经七八年了,

自从前阵子那股冷空气之后,这毛病就又犯了。而在烟台毓璜顶医院,像张女士这样患上过敏性鼻炎的患者近期并不少见。据该院耳鼻喉科的一项统计数据显

示,过敏性鼻炎患者最多能占5%。“就目前的就诊情况来看,”烟台毓璜顶医院耳鼻喉科鼻科主任朱宇宏告诉记者,“儿童患过敏性鼻炎的人数在增多,能占到10%左右。”朱主任表示,过敏性鼻炎本身有遗传的可能,如果父母一方有过过敏性鼻炎的,那么孩子有18%

的可能患上这种病;而如果父母双方都有这个毛病,那么孩子就有36%可能患上同样的病。除了遗传的因素,是什么原因导致小孩患过敏性鼻炎的越来越多?朱主任分析,现在学生升学和就业压力都很大,压力大了就容易诱发鼻炎。

容易误当感冒 自行服药危险

过敏性鼻炎的起因有好多种,但是这个季节,因天气冷热交替变化不均而引起的过敏性鼻炎病症则占了多数。朱主任介绍说,由于天气突然变冷,外界冷空气刺激鼻腔后,引起神经兴奋,所以会出现打喷嚏、鼻塞、鼻痒等症状。尤其小孩,体质薄弱,很难经受得起这样的折腾。但是,由于过敏性鼻炎的表现病症和普通感冒症状类似,所以很多家长往往

会把孩子的过敏性鼻炎当成感冒来治,在家里自行服用抗感冒药物。“这样是很危险的,”朱主任说,虽然感冒药里含有某种药物成分可以治疗过敏性鼻炎,但是时间长了,会反复发作,并且产生耐药性。而如果因为误诊而导致延误治疗或治疗不当,还可能诱发多种合并症,如支气管哮喘、中耳炎等。

过敏性鼻炎的主要症状

是鼻内痒、咽喉痒、打喷嚏、喷嚏过后往往流大量的清水样鼻涕,严重时双侧鼻腔堵塞、眼部发痒甚至影响嗅觉。如果孩子出现这种状况时,一定要及时找医生做细致的检查。“孩子正处于生长发育期,患了鼻炎不单是打喷嚏、流鼻涕,时间长了还会危害到鼻腔周围的一些组织器官。”朱宇宏主任介绍说,鼻腔上边连着鼻泪管,炎症沿

着鼻腔向上就会通过鼻泪管还可引起眼病,同时,炎症如果向下蔓延的话还可以引发喉炎。另外,鼻腔与咽腔是相通的,鼻腔发炎了,时间长了可能引起咽炎。有些家长误把鼻炎当作感冒治疗,长期下去,后果将会严重。朱主任称,如果孩子患过敏性鼻炎连续三年不治疗,那么就特别容易引起哮喘,到那时再治疗,就很费时费力又费钱了。

过敏原有多种 尽量避免接触

既然如此,那么过敏性鼻炎有没有一些好的预防和治疗方法呢?“诱发过敏性疾病的过敏原有

很多,每个患儿的过敏原都各不相同,有些是螨虫,有些是霉菌,还有的是花粉,另外还有些孩子接触动物,都可能引起过

敏。在查到过敏原之后,家长就要尽量避免孩子接触这些过敏原。”朱宇宏说。另外,饮食中的高蛋白、高脂肪也是过敏性鼻炎的致病因素,谷物、维生素类、纤维素类食物会降低过敏性疾病

的发病率,所以朱主任建议家长给过敏性鼻炎患儿多吃这些东西。还有就是,汽车尾气、新房装修后的有机物,挥发剂、空气清新剂等都是导致过敏性鼻炎高发的因素,儿童应该尽量避免接触这些东西。

一旦发病,就需要采用药物治疗了,像用一些抗组胺药,或者鼻喷式激素等,效果可能会好一些。实在不行,就需要采用外科手术疗法,用海扶刀破坏鼻粘膜下的副交感神经丛,以达到治疗的目的。

●相关链接

过敏性鼻炎与感冒如何区分?

很多人在家里都自备了很多感冒药,只要鼻塞、打喷嚏什么的就拿来吃。长时间的感冒不好,可能您已经习惯这样感冒了,但是您有没有仔细想想,自己患的不是感冒,而是过敏性鼻炎?在此,耳鼻喉科专家提醒广大市民,不要将过敏性鼻炎与感冒混淆了,以免错过疾病的最佳治疗时机。因此,要注意区别它们。

- ◎ 喷嚏连连打:感冒虽然也打喷嚏,但一般不会连续打喷嚏。而过敏性鼻炎喷嚏一打可就刹不住车,一下子打十几个也不稀奇。
- ◎ 鼻痒更严重:感冒也会有鼻痒,但不会像过敏性鼻炎那样痒得难忍,鼻子里好像总有蚂蚁在爬。小孩由于年纪小,不善于表达,一般会出现老是挠鼻子的现象。
- ◎ 流涕止不住:感冒初期会有清水鼻涕,但量不会很大;而过敏性鼻炎发作时,大量清水鼻涕就会“倾泻”而下。
- ◎ 全身不适比较少:感冒常由病菌感染所致,所以常会伴有发烧等全身不适,而过敏性鼻炎一般不会有这种情况。



●专家推荐

朱宇宏,男,1959年出生,浙江宁波人,1982年毕业于潍坊医学院,医学学士学位,烟台毓璜顶医院耳鼻咽喉科主任医师、教授。从事耳鼻咽喉科临床医疗工作近30年,积累了丰富的临床经验,掌握了本专业各种疑难重症的诊断和治疗方法,可熟练操作本专业各种大、中型手术,尤其擅长鼻腔及鼻窦疾病的诊断和治疗,气管和食管镜检查 and 异物手术及中耳炎根治和听力重建等手术治疗。从业期间注重业务学习和医疗经验的积累,参编专业著作5部,在各级医学刊物上发表论文二十余篇。
坐诊时间:周四全天、周日上午

◇健康速览◇

每天吃胡萝卜让肺畅快呼吸

胡萝卜含有大量的胡萝卜素,在体内可以分解生成维生素A。维生素A可影响多个系统的黏膜细胞生物合成,如果呼吸系统的

气管黏膜缺乏维生素A时,黏膜上皮组织就会发生改变,导致功能异常,容易引发炎症,如气管炎、肺炎等。

如果每天吃一根胡萝卜,长期坚持,对呼吸系统尤其是肺部能起到很好的保护作用。

多吃豆豉可防心脑血管病

豆豉对于老年人好处多多,在国际上已经被称为“营养豆”,它不仅开胃消食、祛风散寒,还能预防血栓。豆豉中钴的含量是小麦的40倍,有良好的预防冠心病的作用。豆豉中还含有多种营养

素,可以改善胃肠道菌群,常吃豆豉还可帮助消化、降低血压,提高肝脏解毒功能。

老年人日常可以多进食一些,尤其是血栓患者。豆豉中含有的大量能溶解血栓的尿激酶,对改善大脑的血流量和防治老年性痴呆很有效果。

爱喝咖啡可能与基因有关

荷兰伊拉斯谟斯大学医学中心的研究人员在对1.8万人进行调查后认为,爱喝咖啡可能与基因有关。

荷兰科学家的研究表明,人体肝脏会产生出数种不同的蛋白质,可以分解咖啡因。人体中这些蛋白质的数量与人体对咖啡因的耐受量密切相关。

进一步研究发现,负责制造这些蛋白质的基因包括“CYP1A1”和“NRCAM”。如果体内这两种基因表现活跃,人就会爱喝咖啡,而且不太容易出现大量摄入咖啡因后的不良感觉。

疲劳时最好赶快找“组织”

紧张的现代生活中,我们很容易忙得疲惫不堪。这时,是再接再厉接着干活,还是躲到一边,蒙头睡个大觉好呢?

据美国“心理中心网”近日报道,疲劳时,最好赶快找到“组织”,借助团队的力量,不仅能帮你赶走疲劳,还能提高解决问题的能力。

因此,研究者进一步建议,疲劳时不要自己盲目做决定,而是要多问问身边人的意见。