

春季过敏性鼻炎高发

需长期控制、终身维护

如今正值草长莺飞、百花盛开的春季,花粉和螨虫等引起过敏性鼻炎的“杀手”也在此时发威——止不住地打喷嚏、鼻痒、流涕、鼻塞……广州市第十二人民医院耳鼻咽喉头颈外科专家指出,过敏性鼻炎患病率平均为11.1%,是危害上呼吸道健康的主要疾病,尤其对儿童危害巨大,要早诊早治。

过敏体质+过敏原即引发过敏性鼻炎

过敏性鼻炎是由过敏体质接触过敏原后所产生的鼻黏膜过敏性炎症反应,常见症状为鼻塞、鼻痒,打喷嚏、流鼻涕。广州市第十二人民医院耳鼻咽喉头颈外科副主任医师陈菲菲介绍,其反复发作可出现眼痒、流泪,夜里睡眠不佳,白天嗜睡疲劳,严重者可导致生活质量下降,影响工作和学习,甚至出现心理和社交障碍。

陈菲菲表示,过敏性鼻炎的发生主要包括遗传因素和环境因素。她解释说,过敏性鼻炎有家族聚集倾向,过敏体质具有遗传性,父母与子女、兄弟姐妹间共同患病的概率较高;环境因素则主要是吸入性过敏原飘浮在空气中,随呼吸进入鼻腔产生过敏反应,常见的过敏原有尘螨、花粉、蟑螂、动物皮毛、真菌等。当过敏体质吸入相应的过敏原后,就会产生过敏反应,引发过敏性鼻炎。

该科主治医师莫涛表示,诊断过敏性鼻炎,除了确认出现典型症状,还要观察鼻腔的情况,特征表现为鼻腔黏膜苍白、水肿,鼻甲水肿明显,鼻腔内多有水样鼻涕。

过敏性鼻炎控制后需要终身维护

“我们对于过敏性鼻炎的治疗要有一个基本的认知:炎

症无法完全根除,但能尽量消除;病变不能立即消除,但能逐步恢复;恢复后仍反复发作,需要长期控制;过敏原始终有,控制后需终身维护。”该科主任医师颜永毅强调,这需要医患共同进行“五位一体”的治疗方案。

1.改善环境:减少和杜绝接触过敏原,是防止过敏性鼻炎的首选。讲究个人卫生:勤洗澡、勤换衣、保持通风干燥、经常清洗晾晒;保持室内清洁;做好个人防护。可使用除螨仪、真空吸尘器、空气净化器等现代器械帮助清除包括密闭空间内的过敏原。

2.增强体质:充足睡眠,生活规律,均衡饮食,适量运动,良好心态;通过增强体质,提高自身免疫力,可以有效减少和降低变应原致敏的概率和程度。

3.规范用药:在医生指导下使用鼻喷剂、抗组胺药物及

中成药治疗,并定期复诊,视病情变化情况调整药物剂量。

4.免疫治疗(脱敏治疗):在明确过敏原的情况下,尽早同期接受免疫治疗,可以明显减轻甚至完全缓解过敏症状。同时,其还具有预防疾病加重和避免产生新的过敏的作用。

5.手术干预:过敏性鼻炎患者常伴有鼻息肉、鼻窦炎、鼻中隔偏曲,对于有以上病情,影响到了鼻腔功能和药物使用的患者,则需要考虑手术治疗。

过敏性鼻炎会影响儿童生长发育

春天是儿童过敏性鼻炎、哮喘的高发季节。“鼻痒、打喷嚏、鼻塞、流水样鼻涕、眼睛痒……这些常常容易被家长忽视或误认为是感冒,其实这些症状大部分都是急性鼻炎、慢性鼻炎或过敏性鼻炎。”该科副主任医师龚辉成指出,

现代化城市中的粉尘颗粒、汽车尾气、装饰材料 and 食品添加剂等都是引发鼻部疾病的重要原因,这也是鼻炎儿童患者越来越多的主要原因。

龚辉成表示,虽然过敏性鼻炎不是一种严重疾病,但会影响儿童的生长发育、日常生活和学习效率,并且造成家庭经济上的负担,同时可诱发哮喘、鼻窦炎、鼻息肉、中耳炎等,或与过敏性结膜炎同时发生。他解释说,儿童长时间的鼻塞流鼻涕可能刺激腺样体增生肥大,导致睡眠打鼾,易引起缺氧,对儿童睡眠、生长发育、外观、智力、记忆力等都会造成一定的影响。

龚辉成提醒,如果发现孩子经常出现鼻塞、流鼻涕、打喷嚏的症状,应及时到医院做检查以及进行过敏原的检测,确定病因,并及时干预治疗。

(张青梅)

新华区人民医院疼痛一科: 让带状疱疹后神经痛患者远离病痛



田军涛在询问患者病情 王大钢 摄

□记者 魏应钦

本报讯 带状疱疹,俗称“蛇胆疮”“缠腰蛇”,其剧烈的后遗神经痛让患者备受折磨。近日,新华区人民医院疼痛一科就接诊了多名带状疱疹后神经痛的老年患者。“严重的时候,后背痛起来像被针扎一样,皮肤根本不敢碰,还整夜整夜失眠。”60多岁的患者李先生这样说。该科副主任田军涛表示,带状疱疹的疼痛是由神经受损伤引起的,特别是一些老年带状疱疹患者,很容易发展为带状疱疹后神经痛,遗留下迁延不愈的疼痛。

田军涛介绍说,带状疱疹是水痘-带状疱疹病毒引起的急性疱疹性皮肤病,其特点是多在身体单侧发病,

沿神经走向呈条带状分布,伴有疼痛。其常发于腰部,但也容易侵犯面部、下肢等部位的神经。神经痛是很多带状疱疹患者会出现的后遗症,发作时患者会感觉火烧火燎般疼痛,休息不好,甚至连衣服也穿不成,令人痛苦不堪,严重影响生活质量。

一旦出现带状疱疹后神经痛,一定要尽早到疼痛科进行规范化的综合治疗,有效控制疼痛,缓解伴随的睡眠和情感障碍。许多患者的治疗可能是一个长期持续的过程,其中,药物治疗是基础。治疗带状疱疹后神经痛的一线药物包括加巴喷丁、普瑞巴林等。

微创介入治疗作为疼痛科的核心技术,是药物疗效不足时的选择。面对这种临

床上令人棘手的疼痛,新华区人民医院疼痛一科发挥了精准化治疗的优势,通过CT引导下射频脉冲疗法,给患者带来确切的疗效。该疗法有着常规治疗无可比拟的优势:经皮穿刺操作,风险小,损伤小;在CT引导下进行精确定位;不毁损运动神经,没有肢体功能活动障碍等并发症;需要时可重复治疗,不会增加操作的难度和副作用。另外,该科开展的射频脉冲联合阿霉素毁损治疗,已经让不少患者远离疼痛,过上了正常的生活。

田军涛提醒,近年来,带状疱疹后神经痛的患者呈增长趋势,神经痛的顽固性使患者备受折磨。尽早干预、规范治疗是预防带状疱疹后神经痛的最有效方法。

预防眼病 多大的孩子可做验光检查?

本报讯 越来越多的家长意识到保护眼睛、远离眼病应该从小做起。一般来说,宝宝出生后就可以定期接受视力评估了。但要通过字母视力表或者验光检查来评估视力,对于认知和表达能力不足的婴幼儿还为时尚早。

广州医科大学附属第二医院眼科主任沙翔根教授结合2017年我国发布的《儿童屈光矫正专家共识》指出:0-3岁是视觉发育最关键的时期,0-12岁则为敏感期,对敏感期的儿童进行科学的屈光检查,并及时、准确矫正屈光不正,定期随访,将有助于减少屈光不正未

矫正及近视增长过快所致的眼部并发症,降低高度近视致盲的风险。

不过,在临床中,太小的孩子很难配合检查获得准确的结果,所以一般建议3岁左右的孩子开始进行医学验光比较合适。因为这个年纪的孩子有足够的认知和表达能力,能学会看视力表,并且能较好地配合医生完成一系列的检查。但如果孩子有出现斜视、眼球震颤、追随视物的能力差、屈光介质浑浊、父母有斜视弱视高度屈光不正等情况,就无须等到3岁,应尽早到正规的眼科就诊,明确病因,及时治疗。(翁淑贤)

帕金森病患者 如何进行身体调理?

本报讯 帕金森病患者如何进行身体调理?4月11日是“世界帕金森病日”,中国中医科学院西苑医院脑病科副主任孙林娟为帕金森病患者的身体调理提出了一些建议。

第一是饮食方面,比如帕金森病患者在服用左旋多巴药物时要多加注意,如果在进食或者饭后服药,药效会大打折扣。所以药物和进食之间要有一定的间隔时间,如在饭前一个小时或者是饭后两个小时服用,就不会影响药效。此外,如果帕金森病患者长期在饮食方面过度控制,会出现营养不良、消瘦、无力、乏力等情况,需要适当补充蛋白质、维生素、热

量,只有身体抵抗力变强,肌肉才有力气,整体感觉才会好转。

第二是运动方面,帕金森病患者不要一直在家休息,什么也不做,否则不利于患者肢体功能恢复。因此,帕金森病患者应该每天坚持运动,比如快步走等有氧运动。有氧运动会促进脑细胞的健康,降低肢体僵硬和无力感觉,改善便秘情况。

孙林娟强调,如果不幸被诊断为帕金森病,需要尽早进行治疗,延缓疾病的进展,提高生活质量。当前,中西医结合治疗相辅相成,对于延缓疾病、减少患者症状、改善治疗效果,具有良好作用。(新华)