

# 这种病为啥爱找上儿童 长期发作会让 孩子变笨

专家

## 治疗过敏性鼻炎 家长别因为担心副作用而随意停药

每年的这个时节，是过敏性鼻炎的高发期。记者从宁波市医疗中心李惠利医院耳鼻咽喉头颈外科门诊了解到，最近一个月前来就诊过敏性鼻炎患者中，八九成是儿童和青少年。为什么这个疾病爱找上儿童？和感冒如何区别？长期发作让孩子变笨、变丑？可以被治愈吗？洗鼻腔的生理海水是“智商税”吗？记者就此采访了相关专家。



杨驱云主任医师正在为患者实施手术治疗。

### 1 太爱干净、剖宫产、遗传等因素导致发病率高

过敏性鼻炎，是发生在鼻腔黏膜的变态反应性疾病，是所有过敏性疾病中发病率最高的一种。“大量的流行病学调查显示，过敏性鼻炎的患病率有逐年增高的趋势。目前我国人群中过敏性鼻炎的患病率已接近20%，且儿童患病率明显要高于成人。”宁波市医疗中心李惠利医院耳鼻咽喉头颈外科杨驱云主任医师告诉记者。

“医生，我们平时对孩子吃的穿的都很注意，怎么会过敏呢？”在杨驱云的门诊里，这句话几乎天天都会听到。

其实，当前过敏性疾病发病率逐年升高与患者儿时发生感染性疾病的几率大幅降低有关。杨驱云提到，医学上有个“卫生假说”理论，指童年时因缺少接触传染源、共生微生物（如胃肠道菌群、益生菌）与寄生虫，从而抑制了免疫系统的正常发展，进而增加了罹患过敏性疾病的可能性。

反之，呼吸道、消化道在生命早期接触各种感染源的刺激，可促进机体免疫系统的正常发展与尽快完善，降低过敏性疾病的发病率。

临床研究发现，生活在农村的儿童将来患过敏性疾病的机会远低于都市儿童，源于乡村生活中的接触细菌等感染源机会较多；同理，剖宫产宝宝日后患过敏性疾病的概率比顺产儿要高，是因为通过自然产道分娩早期接触了母亲产道内的有益菌，有利于全身免疫系统的建立和成熟。

同时，过敏体质有一定的遗传性，如果父母患有过敏性鼻炎，孩子患病的概率就比较大。“由于儿童的免疫系统不完善，罹患过敏性疾病的临床症状会较成人更加明显。”杨驱云同时也表示，现在的父母获取信息途径广泛，更关注孩子的健康，也间接导致了过敏性鼻炎的门诊检出率和确诊率的提高。

### 2 任其发展会影响智力发育

日渐复杂的外界环境增加了治疗过敏性鼻炎的困难，一旦患上，面临的就是一场漫长的“消耗战”，孩子和家长往往会在在这段时间形成认知误区，更使过敏性鼻炎成了一种“失控”的疾病。

“有一部分家长说孩子三天两头感冒，错误用药影响病情控制，以致病情渐渐加重。”李惠利医院耳鼻咽喉头

颈外科任远副主任医师说，过敏性鼻炎与普通感冒早期症状有很多相似之处。鼻痒、鼻塞、流清水鼻涕以及连续性喷嚏是过敏性鼻炎最典型的症状。普通感冒除了早期有相似的鼻炎症状，还会伴有喉咙痛、咳嗽、声嘶等咽喉部症状，发展到后期病毒性合并细菌性导致清鼻涕转为黄浓鼻涕，甚至发烧，不过短期内多能自愈，症状一般

仅持续5-7天。而过敏性鼻炎一般仅有鼻部症状，发作时间则更为漫长。

“研究发现，约40%的过敏性鼻炎患者会合并哮喘。”任远表示，长期过敏性鼻炎还可能致儿童鼻窦炎、鼻息肉、腺样体肥大，而长期鼻塞、张口呼吸不仅会导致牙列不齐、脸型改变，还会影响患儿睡眠质量，进一步影响体格、智力发育。

### 3 最顾虑的鼻喷激素恰恰是“全能选手”

不少家长担心药物的各种副作用而不遵医嘱，不知道坚持规范用药的重要性，自诩“见好就收”。许多患者只在过敏性鼻炎发作时才用药，症状稍一缓解就停药。长期下来，症状总是反复、控制不好，因为这样的做法与过敏性鼻炎要求长期规范用药的治疗原则背道而驰。

“不管哪一种疾病，医生都是严格按照诊疗指南要求指导用药，以鼻用激素为例，间歇性过敏性鼻炎患者，应在发作时持续用药2周以上；中重度持续性过敏性鼻炎患者，治疗不应少于4周。由于过敏性鼻炎存在黏膜最轻炎症持续状态，坚持持续

治疗或维持最低剂量持续治疗的效果优于间断治疗”。杨驱云解释。

担心激素类药物的安全性不敢长期用，也是医生在门诊中家长最有顾虑的。

过敏性鼻炎常用治疗药物分为一线和二线用药，一线治疗药物主要是鼻用糖皮质激素，第二代口服抗组胺药、口服白三烯受体拮抗剂这三大类。杨驱云介绍，鼻用糖皮质激素其对过敏性鼻炎的所有鼻部症状包括喷嚏、流涕、鼻痒和鼻塞均有显著改善作用，是目前治疗过敏性鼻炎最有效的药物。局部鼻喷的操作简单，全身不良反应少见，例如

3岁以上患儿就可以放心使用糠酸莫米松鼻喷剂。

西替利嗪、氯雷他定这类第二代口服抗组胺药对控制过敏性鼻炎鼻痒、喷嚏、流涕等症状起效快、作用持续时间长，建议规范用药2-4周。孟鲁司特是一种口服有效的白三烯受体拮抗剂，改善鼻塞效果好，对鼻痒、喷嚏也有用，但起效慢，服用至少4周以上。“如果家长实在忌讳激素，我会建议用孟鲁司特替代。这种药可以连续服用2-3个月，在预防发作、维持治疗时期可单独使用，但急性发作期建议与其他类抗过敏药物联合使用。”杨驱云强调。

### 4 洗鼻腔的生理海水是“智商税”

除了积极治疗，生活中的一些良好习惯也可以一定程度上预防或缓解过敏性鼻炎的发作。

尽量避免接触过敏源。室内多开窗通风，定期清洗空调过滤网，定期用热水清洗床单被罩、阳光暴晒。推荐室内使用空气净化器和有过滤功能的空调。避免接触尘螨、毛绒玩具和宠物。对花粉过敏者进行户外活动时，最

好避开致敏花粉播散的高峰期。

推荐过敏性鼻炎患者用鼻腔盐水冲洗。建议每天早晚各冲洗一次，可有效清除鼻内刺激物、过敏原和炎症分泌物。“40℃左右生理盐水鼻腔冲洗效果最好，可明显改善患者喷嚏和鼻塞等症状。如果鼻腔干燥，可以用喷雾型鼻冲洗剂，保持鼻腔湿润清洁。”杨驱云建议。

正规医药门店或网店一般均有专门的洗鼻器售卖，按说明书要求使用即可，不建议自配食用盐水冲洗，以免浓度把握不好刺激鼻腔黏膜；也不建议用自来水冲洗，以防感染寄生虫。目前市面上比较流行的生理海水虽然价格高出好几倍，但功效其实和普通生理盐水是一样的。

记者 陆麒雯 通讯员 张林霞 文/摄