

近期过敏性鼻炎患者增加了四成

## 专家教你 如何知己知“鼻” 控制好这种疾病

鼻子是人体重要的器官,是呼吸道的第一道防线,鼻部健康,对于顺畅呼吸、正常生活是必不可少的保障。这段时间以来,各家医院就诊的过敏性鼻炎患者较以往增加了至少四成,其中儿童患者占六成。每年4月的第二个星期六是全国爱鼻日,如何知己知“鼻”,赶走过敏性鼻炎?



医生正在为孩子检查鼻腔。

### 1 “全能星”学生被老师接连告状

7岁的洋洋(化名)是一名一年级的小学生,一直以来,他在学校里的表现都很不错,上学期还获得了“全能星”的荣誉。但最近这一个月,老师说洋洋上课时不是抠鼻子就是揉眼睛,要么掏耳朵。不仅老师的提问无法回答,还影响了同桌。洋洋妈妈意识到不对,赶紧带着他到医院就诊。

接诊的鄞州区第二医院耳鼻喉

头颈外科李阳副主任医师经过检查,告诉洋洋妈妈其实孩子不是感冒,而是过敏性鼻炎。一般来说,鼻塞鼻痒、打喷嚏、清水涕、咽喉眼周等处发痒这些都属于过敏性鼻炎的临床典型症状。“过敏性鼻炎的发作多是季节性发作,尤其是换季或冷热交替时,也可能是在植物繁殖开花季节加重,眼下正是高发季节。”李阳说,过敏性疾病可

以表现在身体的不同部位,发生在鼻腔就表现为过敏性鼻炎,发生在皮肤就表现为湿疹、荨麻疹,发生在下呼吸道就表现为支气管哮喘。

从临床诊断来讲,由于儿童的表达能力有限,经常将各种不适表现为推鼻子、做鬼脸、揉眼睛等,部分儿童甚至还被误诊为多动症。因此,家长朋友们要多留意。

### 2 孩子得鼻炎很可能缘于家长

李阳提到,孩子是不是鼻炎,家长还可以从自己身上找找线索。有研究数据显示,父亲患过敏性疾病,下一代患病概率为20%-40%;母亲患过敏性疾病,下一代患病概率为40%-60%;父母均患过敏性疾病,下一代患病概率是60%-80%。

随着年龄增长、免疫力增强,儿童的过敏性鼻炎会不会好转?这个问题李阳也常在门诊中被问到。李

阳认为,可能会出现自愈,但这只是极少个例出现。对绝大多数患有过敏性鼻炎的小朋友来讲,想要让过敏性鼻炎在成长的过程中消失不见,最重要的还是控制。过敏若不积极控制,长期的刺激可能会诱发全身其他部位的过敏性疾病发作。

那么,过敏性鼻炎能不能根治?

过敏性鼻炎的发作与环境、遗传、心理压力、现代化的生活方式等

多因素有关。过敏是机体的免疫防御反应,理论上讲,完全根治不可能,但该疾病可以很好地控制,大家要有治疗的信心。有的患者离开过敏原环境,比如换一个城市或者地区生活,可能会出现不治自愈的效果。但更多时候,大家需要学会过敏性鼻炎的慢病管理,采用有效的综合治疗,这样才有满意的控制效果。

### 3 戴口罩可一定程度上预防过敏

想要控制过敏症状,远离过敏原是关键的一步。过敏原分吸入性过敏原和食物性过敏原:前者包含粉尘螨、户尘螨、猫毛、狗毛、桦树花粉、艾蒿、葎草等;后者包含花生、鸡蛋、鱼虾、牛肉等。

李阳发现,疫情期间过敏性鼻炎的患者相对之前有所减少,这跟大家

习惯戴口罩,间接避免接触过敏原有关。因此,戴口罩这个习惯建议保持。

“由于鼻炎药物治疗时间较长,很多人断断续续用药导致疾病反反复复,甚至加重。”李阳强调,尽管治疗中包括激素药物,但使用时是绝对安全的,家长们不要有顾虑,谨遵医嘱才能起到明显的疗效。

此外,目前正在广泛开展的脱敏治疗是最接近根治的一种疫苗式免疫治疗方法。“给药方式有舌下含服和皮下注射两种方式,疗程不少于3年,有效率高达50%-60%左右,不过只适用于重症尘螨过敏患者。”李阳告诉记者。

记者 陆麒雯 通讯员 谢美君 文/摄

## 吃笋导致 胃出血患者激增 医生: 有消化道疾病的患者 要慎食

又到春笋上市的时节,对于胃肠功能不好的人来说,吃春笋要格外当心。近日,宁波市第二医院急诊科接诊了多例因为进食春笋导致消化道出血的患者。

几天前,50岁的老王因为突然腹痛、呕血两次,被送进医院急诊室。当医生问起老王之前吃了什么特别的东西时,老王想起前一天朋友送他几株鲜嫩的春笋,他老伴烧了一大锅,此次发病前一天三顿都在吃笋。当季的春笋鲜嫩无比,吃起来一点渣渣都没有,口感特别好,所以老王吃得比较多。医生经过仔细检查,判断老王很可能是因为进食过量春笋导致的胃出血,经过紧急处理后,老王情况稳定出院。

“最近我们接诊的消化道出血患者比较多,最多时一天就收了4位患者,其中因为进食春笋导致消化道出血的患者就有2位。”宁波市第二医院急诊科主任刘鹏介绍,如果是原本就有胃部疾病或是肝硬化、食管静脉曲张的患者,因为进食春笋导致的出血会更加严重,可能出现失血性休克症状,需要在内镜下进行紧急止血,作为危险性上消化道出血中心,市第二医院每年都收治不少这类患者。

“一位患者突然呕血500毫升,出现休克症状,请求增援!”几天前,宁波市第二医院消化内科主任石定接到慈溪一家基层医院的求助,一位60岁的男性患者因为晚饭时吃了春笋等比较粗糙的食物,饭后1个多小时突然呕血,被送到医院紧急治疗。石定连夜赶往慈溪,见到这位患者时,患者经过输血、补液等治疗身体情况已经稳定。石定紧急为他做了胃镜检查,发现导致患者大出血的原因是胃部有一个直径1厘米多的溃疡病灶。虽然已经没有活动性出血,但内镜下还是能看到在渗血。石定通过内镜下注射止血剂为患者进行了止血治疗,患者之后逐渐恢复。

“春笋本身没有问题,大家不必谈笋色变,但消化功能不好或是有消化道疾病的人群要慎吃。”刘鹏介绍,新鲜的笋虽然吃起来口感鲜嫩,但里面含有大量粗纤维,容易摩擦消化道,引起胃肠不适。对于原本就有消化道疾病的患者来说,更容易对消化道产生刺激,引起疾病发作。

记者 孙美星 通讯员 郑轲

## 大量山楂和牛奶下肚,中年女子胃里竟长出“石头”

近日,家住宁波的陈女士就因为持续几天的剧烈肚子痛来到医院就诊,通过胃镜检查,医生在她的胃里发现一个长度达5厘米的“胃石”。在宁海县第一医院,最近3个月来已经先后接诊了10例胃石症的患者。医生提醒,这种病和过量使用某些食物密切相关。

今年40多岁的陈女士平时身体不错,几天前,她突然出现剧烈的肚子痛伴恶心,过一阵子就好些了,她以为是吃坏了东西,也就没有放在心上。没想到从这以后,她的肚子痛反复发作,恶心的情况也一直没有好转,3天后,她来到宁海县第一医院就诊。

经过胃镜检查,医生发现陈女士的胃里有一个长达5厘米的胃结石。医生判断,这颗胃石就是引起患者剧烈腹

痛的“元凶”。陈女士回忆起来,发病前她吃了很多山楂和牛奶。医生告诉她:“你的胃石不大,发病时间也不久,先试着每天喝两罐可乐看看效果。”听到医生的“处方”,陈女士有些不敢置信:这是认真的吗?

宁海县第一医院消化内科王荣松医生解释:“可乐属于碳酸饮料,其中含有磷酸、二氧化碳气体等成分,它对新形成的胃石会有一定的辅助分解作用,可能会使胃石变小,利于排出或经胃镜取出。”陈女士听到医生的话后虽然将信将疑,但仍决定遵“医嘱”。喝了3天可乐后,胃结石顺利排出体外。

据了解,近3个月,宁海县第一医院消化内科病房先后收治了10例胃石症患者,其中两例以“喝可乐”的方

式溶解了胃石,其余8例均采取了内镜下碎石的治疗方案,避免了外科手术。

“喝可乐是我们治疗胃石症的一个常见辅助手段,但不建议市民自行尝试。”王荣松医生提醒。可乐本身并不具备治疗作用,只是对早期形成的、硬度较低的胃石有一定的溶解作用,其效果因人而异,有糖尿病等基础疾病的患者如果盲目使用这种方法还可能会对身体造成损害。

王荣松医生还提醒,市民不要空腹过量食用山楂、柿子等容易形成胃石的食物,尤其是不能将这些食物与牛奶、鱼、虾等高蛋白食物同时食用,如果有身体不适需及时就医。

记者 孙美星 通讯员 葛超