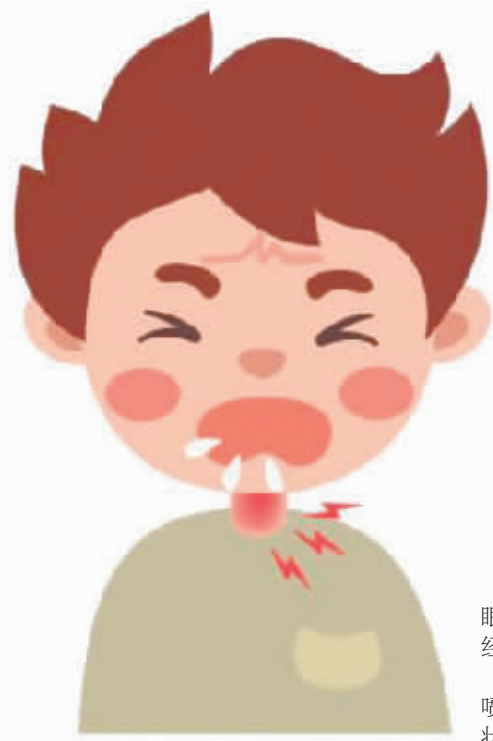


症状没减轻,还“治”出其他病 花粉季应对过敏性鼻炎 “偏方”“神药”别乱用

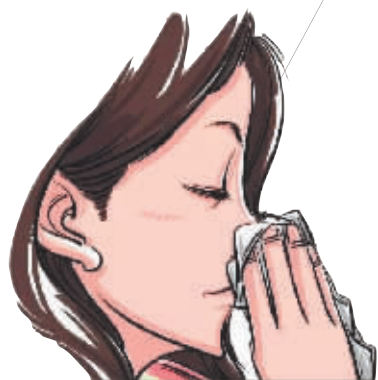


□本报记者 刘菊

春季是呼吸系统疾病高发季,其中就包括过敏性鼻炎。记者从哈尔滨市第四医院了解到,进入四月后,哈尔滨市杨树、榆树、柳树等风媒植物开始传播花粉,这也让花粉过敏患者“遭了罪”。

“我院花粉监测显示,近期哈尔滨市花粉浓度‘爆表’,截至目前最高的一天达到平均每千平方毫米2902粒。”哈尔滨市四院耳鼻喉科主任解亚玲介绍,花粉过敏是一种常见的过敏性疾病,也被叫做花粉症,主要过敏原是空气中的花粉。一般四月和八月是花粉过敏的高发季,常见表现为过敏性鼻炎、过敏性结膜炎等。

解亚玲告诉记者,从医院门诊近三个月的就诊记录来看,有9%的患者为过敏性鼻炎患者。“一般都是症状比较重的患者才会到医院就诊,这其中就有一些听信‘偏方’没治好,或盲目用药给自己治出其他疾病的人。”医生在此提醒市民,出现过敏症状不缓解,一定到正规医院就医,不要使用不明来源药物、“偏方”。



学会区分症状

误把过敏性鼻炎当感冒治,吃了半个月药都没好

解亚玲介绍,过敏性鼻炎常见症状包括打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、鼻痒、眼睛痒、耳朵痒等。因其症状和感冒相似,第一次出现过敏性鼻炎的患者经常会弄混淆。

小周(化名)今年27岁,半个月前突然感觉鼻子不通气,经常鼻痒打喷嚏,还流鼻涕。起初她以为是感冒了,就吃了点感冒药,开始时确实症状缓解了,但停药就会“反弹”,吃了半个月药鼻塞、流涕等症状还没好,她便去了医院。经过检查,解亚玲诊断小周为过敏性鼻炎。“很多感冒药里是有抗过敏成分的,很多第一次出现过敏性鼻炎症状的患者,误以为是感冒了,吃药后还确实能见效,但停药就会再犯。”

解亚玲提醒,正确应对过敏性鼻炎,学会区分症状很重要。从病程来看,季节性过敏性鼻炎可能会持续1至2个月左右,长年过敏病程更长;而感冒一般在7至10天可痊愈。从症状来看,过敏性鼻炎是清水样鼻涕,感冒则是刚开始可能呈清水样,后续可能会转为呈黄色或粘稠样鼻涕;除此之外,一般感冒多为病毒感染,还有会身体酸痛、头痛等症状。

不要盲目用药

喷十多瓶药缓解症状,引发药物性鼻炎

“我是过敏性鼻炎老患者,这么多年也是‘久病成医’了,今年犯病,我就到药店买了一些缓解鼻炎的药剂。刚用上时可好使了,鼻子立刻就通气了,但后来发现用药维持鼻子畅通的时间越来越短,到最后不得不频繁喷用。喷了10多瓶药后,我甚至产生了依赖,不喷药就会鼻塞更严重,睡觉都不能睡着。”近日,赵先生(化名)就诊时,对解亚玲说道。

经过检查,解亚玲诊断赵先生不仅是过敏性鼻炎发作,还出现了药物性鼻炎,这是一种多因用药不当引起的疾病。“很多鼻炎用药见效很快,所以患者为了缓解不适都特别喜欢用。但大量长时间使用就容易出现问题。而治疗药物性鼻炎就像戒烟,可能会出现‘戒断反应’,需要给鼻腔休息的时间,这期间他需要承受停药‘反跳’导致的严重鼻塞等问题,等鼻腔缓过来以后再治过敏性鼻炎。”解亚玲建议,过敏性鼻炎轻症患者可以通过改善生活习惯的来减轻症状,症状严重的患者则建议及时到医院治疗。

不明来源“偏方”不可取

偏方药卷塞鼻,鼻黏膜糜烂了

过敏性鼻炎对患者来说非常痛苦,每天鼻涕一把泪一把,包里最多的就是纸巾,有的人甚至把鼻子都擦破了。为了避免痛苦,不少市民就易听信“偏方神药”。

陈女士(化名)今年50岁,被季节性过敏性鼻炎折磨十多年,之前每年她都在医院用药缓解症状,但每年花粉季都会复发。近日她在外地出差时,听说了一种“偏方”,3000元就可以治愈过敏性鼻炎。心动的她立刻尝试,每天都会将一种药卷塞到鼻腔里,以为从此鼻子可以畅通无阻。但她发现,用了一个月的药,她鼻塞依旧严重,甚至出现了鼻痛、流鼻涕时还有血丝等情况。“医生,我鼻子流脓了……”紧张之下,她立刻回到哈尔滨市四院就诊。

检查后,解亚玲发现她为过敏性鼻炎和鼻腔黏膜糜烂。“过敏性鼻炎目前还不能治愈,但可以控制。近年来,不少‘神药’‘网红药’声称能治疗过敏性鼻炎,很多都是不明来源的药物,我接诊过不少例因这些‘神药’出现鼻黏膜炎症的患者。”解亚玲表示,治疗过敏性鼻炎,要到正规医院就诊,合理用药,不要听信“偏方”。



专家建议

如何应对过敏性鼻炎? 专家给出健康锦囊

“人的呼吸道是一个黏膜生态,生理功能相似,所以鼻子过敏的人,可能导致气管也过敏,直接就伴有哮喘。”解亚玲提醒,过敏性鼻炎严重可能诱发哮喘、鼻息肉、鼻窦炎、中耳炎等并发症,所以市民应予以重视,及时就医。

解亚玲建议,首先应该明确诊断,到医院进行过敏原测试,了解自己到底对什么过敏,从而做到隔离过敏原。“一般过敏性鼻炎分为季节性和常年性,季节性多为花粉过敏,相对病程短,症状重;常年性的过敏原多为尘螨过敏、动物毛发皮屑、霉菌等,全年皆可发病,相对病程长症状轻。患者可进行正规用药,如外用、口服药,如果效果不好,建议进行免疫治疗、脱敏治疗等。”

如今正值花粉季,建议市民外出时,佩戴口罩、护目镜、面屏等,随身可佩戴抗敏药物,避免去树多的地方。一般10时至15时是一天中花粉浓度最高的时间,可避免在此时段外出,出门回家后,可用生理性海水冲洗鼻腔,洗澡、清洗衣物。

脑缺血“补血”不见效 原是血管出问题

本报讯(孙丽霞 叶鸿 记者杨艳)今年69岁的张大爷总感觉头晕,自认为是脑部缺血导致的,在药店买了补血口服液,服用后症状并没有缓解,于是来到市红十字中心医院神经内科就诊。经神经内科副主任医师刘卓

诊查,老人是脑动脉供血不足。据刘卓医生介绍,头晕是老年人常见的不适感觉之一。老年人头晕要警惕是否存在脑动脉供血不足。脑动脉供血不足是指脑部血管血液供应不足引起的脑功能障碍,病因多为动脉粥样

硬化、血流动力学障碍、血液成分及黏度异常等。

脑动脉供血不足不仅靠头晕症状来判断,还要根据患者的体征,既往病史及辅助检查来确诊。头晕通常还伴有头沉、头部紧箍感、头痛等症状,排除可

以导致头晕的其他疾病,基本上就可以诊断为供血不足。

“脑供血不足,大多不是因为贫血造成的。”刘卓医生提醒,不能从字面上看病,你认为的“血”和实际上的“血”不是一回事。一旦出现不适,首先应尽量早

到医院诊治,明确诊断。其次要找到明确的发病原因,才能合理治疗和预防疾病的发生。最后,除了接受正规药物治疗外,还要保持健康的生活方式,早睡早起,适当锻炼,清淡饮食为好,避免食用油腻辛辣的食物。