

鼻涕眼泪流不停 这些秋天的烦恼缘于过敏

近期石家庄植物花粉浓度较高易导致过敏,市民如出现相关症状请及时就医



熬过炎热的夏季,进入凉爽的秋季,许多市民却开始不停打喷嚏流鼻涕,还伴有十分难受的眼睛奇痒、发红、流泪等情况。中国医师协会变态反应医师分会委员、河北医大一院过敏科李晓鸾主任表示,这些症状都是过敏反应。进入秋季后,空气中弥漫着大量的花粉、尘螨等主要过敏性物质。监测数据显示,近期石家庄地区空气中花粉浓度较高,广大市民如出现此类症状,请及时就医以免延误病情。

□文/图 本报记者 南开宇

秋天来到,他开始不停打喷嚏流鼻涕

盼啊盼,石家庄终于进入秋高气爽的好日子。然而,走在石家庄的街头,你会发现,戴口罩的人越来越多。起初,市民王先生还有些疑惑:终于迎来了秋天的好天气,这么凉爽的日子,大家怎么都把自己捂得严严实实的?

“我前几天在小区见到一位邻居,她脸上只露出一双眼睛,一个大面罩几乎遮挡了整张脸。对方跟我打招呼,我都没认出来。”王先生问她为啥捂得这么严实,邻居表示自己过敏,每到秋天都很难受,只能用这样的方式减少同过敏原的接触。

结果,没过几天,王先生也出现了打喷嚏流鼻涕的情况,又过了几天,症状不但没减缓,又新出现了眼睛奇痒、发红、流泪的情况。王先生到医院检查,医生让他挂了过敏科。在这儿,王先生见到几十位戴着口罩的患者,经简单询问后发现,大家的症状几乎一模一样。经过检查,医生告诉王先生,他这是秋季过敏,通过进一步检查过敏原确认,王先生存在花粉过敏,因此出现了鼻结膜炎症状。

“这样的情况真不少,最近几天我发现,在城市街头,许多人都戴上了口罩,有些路人不时打喷嚏擦鼻涕,他们都跟我类似,应该都是秋季过敏,希望大家多注意,因为过敏后出现的症状太难受了,真的特别痛苦。”王先生感慨道。

春秋季是花粉过敏高峰,秋季相对更严重

9月10日上午,记者来到河北医大一院过敏科。在门诊等候区,十几位患者正在排队候诊。从事临床医疗及科研工作三十余年的河北医大一院过敏科李晓鸾主任表示,一年四季都可能出现过敏反应,但春秋季节是过敏高发期。相较于春季,秋季花粉过敏相对更严重。“春季的花粉多是树木花粉,颗粒较大,掉落在地上后,被风吹起再被人吸入,而秋季致敏花粉以草本植物为主,这些花粉颗粒小,易飘浮在空中,让人防不胜防。”李晓鸾说。

李晓鸾表示,每年的春秋季节也是花粉最浓的季节,花粉过敏会引起过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、过敏性哮喘等疾病。过敏性鼻炎主要表现为发作性打喷嚏、流鼻涕、鼻塞,严重者每天会打十几个、几十个甚至上百个喷嚏,鼻子、眼睛奇痒,鼻涕、眼泪不停流。有些患者除了鼻炎症状还可能出现哮喘的急性发作,如反复咳嗽、喘憋、胸闷、气短,夜间症状会加重,严重时会在睡眠中会被憋醒,不能平卧,需要端坐呼吸。

春季花粉季节主要在3、4月份,症状持续时间在4周左右。但秋季花粉季节主要由杂草和农作物花粉引起。在华北地区,蒿草花粉以及茭草花粉致敏性最强。它们的生命力极强,在旷野、田间、房前屋后到处都是它生存的场所。

李晓鸾介绍说,在石家庄的秋天,花粉过敏原主要是蒿属植物,如黄花蒿、茵陈蒿、大籽蒿、艾蒿等,相应的花期会从立秋一直持续到国庆节。此外还有藜科植物,包括灰藜、地肤等。藜科植物与人类生活有着密切的关系,比如菠菜就是人们常吃的一种藜科植物。藜科和苋科的花粉相似,在分类学上比较接近,花期一般在7至9月。“还有就是茭草,又名拉拉秧,这是石家庄秋季花粉较多的一种植物,茭草的花期同样会

持续到国庆节。”

“秋季花粉过敏症状持续时间比春季要长,很多患者立秋开始就会出现症状,但进入8月下旬,鼻炎和结膜炎的症状会继续加重,过敏症状严重的会一直持续到国庆节前后。”李晓鸾说。

经监测,近期石家庄花粉浓度极高

对河北医大一院变态反应过敏科的医生而言,他们每天的工作不只是给患者看病,还要搞科研调查,监测石家庄每日花粉浓度、走上街头采集花粉植物标本。

记者注意到,该院变态反应过敏科有一个微信公众号,每年的三月、四月、五月、八月、九月这几个月,科室医生会每天监测石家庄的花粉浓度,并在当天发布数据,给广大市民科普,并提醒相关患者群体注意。

记者看到,近几天该院发布的石家庄每日花粉浓度数据显示,花粉浓度分为六个级别,50以下的数值被描述为很低,101-300数值浓度为偏高,301-500浓度数值被标注为较高,而501-800的数值范围是很高,当监测的数值达到或超过801,则被标注为花粉浓度极高,这也是最高等级,六级。

“你看,这是近几天我们监测的石家庄地区气传花粉播报数据,9月8日、9月9日的数值分别达到了888和840,近期石家庄花粉浓度最低的时候也在400多以上,室外这样的花粉浓度,对那些有过过敏症状的群体而言,会很难受。”李晓鸾说。

有过敏症状要重视,一定要及时就医

采访中,李晓鸾讲起了让她印象深刻的一个病例:“那是一个同院医生亲戚家的孩子,当初来我们科诊治,后来家长说过一段再治疗。然而过去两个月孩子也没来,后来我见到了这名同院的医生,询问孩子的事,结果听到噩耗,那个孩子在和家人回老家玩时,因为对植物花粉过敏,没能抢救过来。”

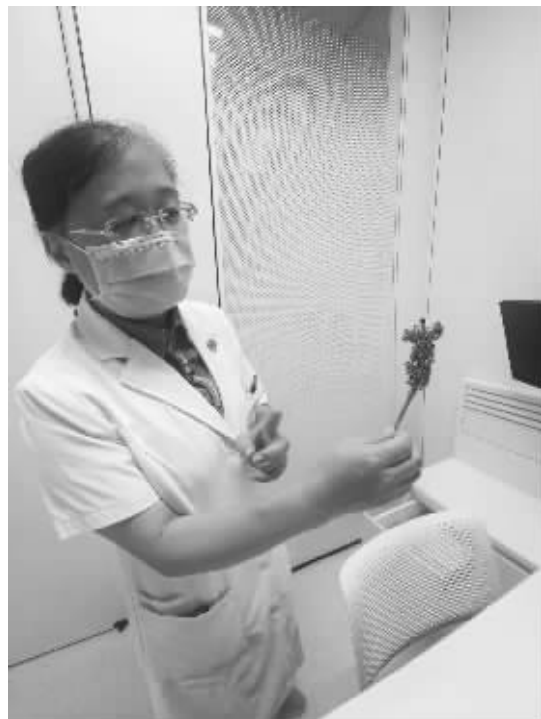
李晓鸾提醒广大市民,出现过敏症状一定要重视,及早治疗,否则很可能会引发严重后果。“秋天花粉过敏的比例越来越高,在十几年前大约占患者的20%,现在已经达到三分之一以上。而且许多患者都是在街头突然发病,有些患者甚至是被陌生的路人送到医院救治的,严重的会出现过敏性休克。”李晓鸾说。

李晓鸾说,花粉是北方地区常见的过敏原,它们花期长,多持续1-2个月,其花粉轻,量很大,可以随风飘散数百公里,是以风为媒介进行传播的风媒花。过敏的人接触到空气中飘浮的花粉而出现过敏症状。此外,尘螨也会引发过敏,而且造成过敏的占比比花粉更高。“我常说,什么病最吓人,有人说是肿瘤,其实过敏才最危险。前一次发病也许很轻,但下一次可能就很严重,过敏常常是在没有任何准备的情况下突然发病,如果不及救治,很可能造成生命危险。它不像别的病,有个发展的过程,经常是说来就来,让人猝不及防。”

那么,秋季花粉过敏应该如何预防?李晓鸾表示,上午10点到下午5点是花粉浓度较高的时段,有花粉过敏史的患者近期应该尽量少去草丛、花园等地,如必须出门,建议戴好口罩或护目镜,回家后立刻洗脸、洗手、换衣服,必要时可进行鼻腔冲洗。此外,适当加强运动锻炼,增强自身免疫力,也有助于避免花粉过敏的发作。一旦出现花粉过敏症状,一定要及时就医,控制症状,避免更严重的并发症。



■过敏科诊区不少患者候诊。



■李晓鸾展示采摘的花草样本。



■蒿属植物的花期将持续至国庆节。