

一到春季就上演“喷嚏秀”？

专家提醒防治过敏性鼻炎要遵医嘱 虽不能彻底治愈但可预防改善

三月三，上春山，户外活动时遭遇漫天飞絮，正恼火花粉黏腻，又见扬尘四散，喷嚏咳嗽瞬间“崩盘”。春季是过敏的高发季，尤其是过敏性鼻炎，让很多孩子的小鼻子变成了“雷达”，时刻警惕着周围的“粉尘陷阱”。为何我市儿童过敏性鼻炎患者较多？针对该种疾病，宝爸宝妈应如何规范用药？有哪些防护措施？4月24日，记者专访了青岛市妇女儿童医院呼吸内科主任医师刘治学，为过敏性鼻炎患儿支妙招。

沿海地区春季发病较多

过敏性鼻炎是一种常见的呼吸道疾病，临床症状通常表现为鼻痒、鼻塞、流清鼻涕、阵发性喷嚏等。因其表现症状与感冒相似，不少父母把过敏性鼻炎误当成感冒而延误孩子病情。需要注意的是，如果上述症状超过一周，需及时带孩子就诊，以明确病因。

入春以来，青岛市妇女儿童医院呼吸内科因过敏前来就诊的患儿数量有所上升，其中过敏性鼻炎患儿最多。刘治学称，海滨城市更易导致春季过敏性鼻炎。“首先，由于环境潮湿，霉菌和细菌等微生物生长旺盛；其次，海风携带的盐分微粒也可能对儿童的鼻黏膜构成刺激，进而诱发鼻炎；再次，春季大风易于传播花粉、孢子等；另外，沿海居民的海鲜摄入量相对较高，某些蛋白质可能引起过敏反应，加之过敏体质有一定遗传倾向影响，致使幼儿过敏性鼻炎高发。”

值得注意的是，过敏性鼻炎与其他类型的鼻炎症状相似，但成因和治疗方法有所差异。例如，急性鼻炎或感染性鼻炎通常由病毒感染引起，伴随发热、头疼、倦怠等全身症状，冬季更为常见，病程较短，约7-10天；而慢性鼻炎多反复发作，症状持久，可达三个月以上。与之相比，过敏性鼻炎的显著特点在于其症状与特定的过敏原密切相关，且通常不伴随发热等全身症状，在任何年龄段都有可能发生，体质较为敏感的孩子更易“中招”。

“救命神器”要选对

近期，抗敏药“氯雷他定”冲上热搜，因能充分缓解过敏症状，被网友称为“救命恩人”“救命神器”。刘治学表示，氯雷他定和西替利嗪是较为常见的抗过敏药物，但需要注意的是，儿童使用该类药物时家长需与医师加强沟通。青岛市妇女儿童医院会根据孩子的具体情况（如年龄、体重等）计算用量，开具处方，并在药盒上粘贴具体的用法用量。同时，患儿的关键信息会在电子处方上同步显示，药房的药师也会进行把关。如遇用量不合适等问题及时提醒，最大程度规避用药风险。

治疗过敏是一个阶段性过程

4岁的笑笑（化名）原本对花粉并无过敏反应。



刘治学（左一）为患儿问诊。

近日，她在公园赏花时突然出现鼻痒、连续打喷嚏等过敏症状，家长发现后立刻带她前往医院就诊。经详细检查，刘治学发现笑笑鼻腔内有大量花粉残留，这是导致她过敏的直接原因。为了缓解笑笑的不适，医生除了为她开具抗过敏药物外，还紧急进行了鼻腔冲洗。同时，辅以鼻喷激素治疗，以减轻鼻腔内的炎症反应。经过医生的精心治疗，笑笑的症状得到了明显的缓解。刘治学称，像笑笑这种患儿比较常见，不少家长反映自家孩子出生几年后并没有过敏情况，但最近突然患上过敏性鼻炎，对此感到不解。刘治学说：“如果孩子出生后一段时间没有过敏，但某天突然出现症状，多和之前没有遇到诱发因素有关。何时发病、缘何发病、发病症状等因人而异，与自身的生活环境也有一定联系。治疗过敏是一个阶段性过程。有些患儿过一段时间后症状弱化，逐渐脱敏。但因个人体质原因，仍有部分患儿不得不与过敏终生为伴。”

教育孩子注意鼻腔卫生

值得注意的是，过敏性鼻炎虽不能彻底治愈，但可预防改善，减轻症状。因此，养成良好的生活习惯对于过敏性鼻炎患者尤为重要。刘治

学提醒广大家长，应教育孩子注意鼻腔卫生，避免不良的小动作，如用手挖鼻孔等。在干燥季节，可以使用加湿器或在室内放置盛水容器，适当提升室内空气湿度，减少对鼻黏膜的刺激。此外，定期打扫居住环境，经常更换床单、枕套、毛巾等家居用品，并使用防螨虫的床品和毛巾，也是减少过敏原接触的有效方法。同时，刘治学还建议，经常开窗通风，保持室内空气新鲜，有助于减少病菌和过敏原的滋生。在花粉浓度高、易发大风天气的季节，应尽量减少户外活动时间，以避免接触过多的过敏原。若有出行需求，应了解并尽量避免接触已知的过敏原，如花粉、粉尘、动物皮屑等，外出时佩戴口罩、鼻用空气净化器等装备，加强日常防护意识。

“若出现过敏性鼻炎持续多日无法缓解、服用抗过敏药物后出现不良反应等情况，应及时就医治疗，以免延误病情。”刘治学强调，过敏性鼻炎的防治需要患者和家长的共同努力，通过科学的生活方式和正确的治疗措施，可以有效减轻症状，提高生活质量。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 璩丽儒 实习生 丁俊竹

名医档案



刘治学，主任医师，从事儿科临床及教学工作三十余年，现就职于青岛市妇女儿童医院呼吸科，专注于儿童过敏性疾病、儿童哮喘、儿童慢性咳嗽及儿童呼吸系统感染性疾病的诊治及科研工作。在国家级、省级医学杂志发表相关专业论文二十余篇，主编、参编专业著作多部，主编的科普专著《我来做宝宝的家庭医生》一书，由人民卫生出版社出版发行。

一周健康资讯

请关注准妈妈的心理健

降低产后抑郁风险应从产前开始

近日，北京大学第一医院麻醉科教授王东信在由中国健康促进基金会主办的“共促母婴健康—围产期抑郁防治新进展发布会”上表示，产后抑郁众多危险因素中，产前抑郁是最明确的危险因素。

围产期抑郁的诱因较多，可总结为三方面，包括准妈妈自身的性格特点、身体素质；产前、产中、产后激素变化对于身体的影响；外在环境因素的影响等。尽管针对围产期抑郁，临床上尚无“立竿见影”的治疗手段，但是一些辅助手段有望让产后抑郁发生风险降低。王东信团队在有产前抑郁症状的产妇群体中尝试应用小剂量艾司氯胺酮，并评估其抗抑郁的效果及安全性，研究发现分娩后

即刻静脉输注小剂量艾司氯胺酮(0.2mg/kg)可显著减少产后42天时抑郁发作的患病率，不良反应可耐受。该成果已发布于《英国医学杂志》。

@糖友，胰岛素接续采购价下降

下月起采购中选结果将在全国落地实施

日前，由国家医保局组织的胰岛素集采接续采购在上海开标，本次接续采购全国约有35000家医疗机构参与，胰岛素需求量超2.4亿支，13家企业参与续标，包括诺和诺德、礼来、联邦制药等国内外药企，53个报价产品中有49个获得中选资格，中选率达92%，中选产品价格首轮集采降价基础上又降低3.8个百分点，整体报量达2.4亿支。自5月份起，接续采购中选结果将在全国落地实施，与上一轮集采进行有序稳定衔接，使患者持续受益。

助力白血病等重大疾病研究

“中国21世纪重要医学成就”公布

近日，2024年中国医学发展大会在北京召开。中国医学科学院发布3项“中国21世纪重要医学成就”，包括“创建蛋白质组学体系”“基于髓系白血病发病机制发现新的白血病生物分子标志和药物靶标”，以及“揭示非经典细胞焦亡的分子机制及鉴定有关蛋白家族成员”，有助于推进白血病等重大疾病研究，为开发肿瘤免疫治疗药物提出新思路。大会同时发布43项“中国2023年度重要医学进展”，涵盖临床医学、口腔医学、基础医学与生物学等六大领域，充分展现了我国医学科技研究所取得的丰硕成果。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 于波 实习生 丁俊竹 桑艺桐