

早报会客厅

深秋到来,天气转凉,变应性鼻炎(常称过敏性鼻炎)的发病率明显升高,据记者了解,近期在岛城,此类病症在耳鼻咽喉科门诊的接诊人数也随之增加,占门诊总人数的20%左右,其中以儿童和青年居多。过敏性鼻炎与其他鼻炎有何区别?过敏性鼻炎能被彻底治愈吗?如何区分过敏性鼻炎和感冒?青大附院耳鼻咽喉科学科带头人姜彦表示,过敏性鼻炎是临床常见的慢性鼻病,秋季是过敏性鼻炎高发期,患者如有症状要及时就医,不要硬扛,否则会加重病情,诱发鼻窦炎、鼻息肉、支气管哮喘等病症。

阿嚏! 鼻子发出“深秋预警”.....

过敏性鼻炎发病率明显升高 专家提醒防治结合很重要

流鼻血也可能是过敏性鼻炎所致。资料图片



频繁流鼻血 查出过敏性鼻炎

日前,12岁的昊昊(化名)在妈妈陪伴下走进青大附院耳鼻咽喉科门诊。陪诊的妈妈有点焦虑:“孩子隔三岔五就会流鼻血,而且出血量很大,经常止都止不住。也不知道是怎么了,就怕得了什么严重的病。”之后的检查中,姜彦发现昊昊的鼻中隔黏膜有多处糜烂面,下鼻甲黏膜苍白水肿,是典型的过敏性鼻炎症状。

同样的情况还发生在公司白领王女士身上。王女士说,上周正在公司上班,连鼻子都没碰一下,就突然流鼻血,出血量很大,把同事都吓到了。想到自己之前看过的韩剧,女主得了白血病后就会常流鼻血,吓得她赶紧到医院就诊。经过检查,王女士流鼻血也是过敏性鼻炎所致。

姜彦表示,近期因为频繁流鼻血来就诊的患者在逐渐增加,有的患者担心自己患上了血液病或者肿瘤,经过专科检查后,大部分最终被确诊为过敏性鼻炎。对此,他表示,流鼻血也是过敏性鼻炎的临床表现之一,典型的过敏性鼻炎常表现为鼻痒、连续喷嚏、清水样鼻涕、鼻塞,这些症状往往会被患者误认为感冒而自行处理了。由于患者因为鼻痒、打喷嚏、流鼻涕会频繁擤鼻子,儿童会搓鼻子,这都会导致脆弱的鼻腔黏膜受损,从而出现鼻出血。鼻出血又会被患者误认为罹患了血液疾病,所以来就诊的反而比较多。如果出现了相应的症状,不要惊慌,最好到院做个检查。

“进入秋季后杂草类花粉、霉菌等致敏原明显增多,和春季一样是一年中过敏高发期。”姜彦提醒,过敏人群常出现鼻痒、眼痒症状,因此不自觉地揉搓鼻子、眼睛,“加上天气干燥,很容易引起鼻黏膜损伤导致鼻出血。”

姜彦建议,天气逐渐转冷,市民在使用空调之前要做好清洁工作,空调长时间不用,其内部会积存大量螨虫、灰尘,如果汽车或房间里空气不流通,过敏原会大量堆积,若不清洗,这些过敏原就会随空气进入人的鼻腔,引发过敏性疾病。空调过滤网最好每个月清洗一次,在打开空调前,可先开窗通风半个小时。值得注意的是,鼻炎患者对温度变化比较敏感,且使用空调所造成的内外温差,容易让一些抵抗力差的孩子和老人因受凉出现呼吸道感染症状,从而诱发哮喘和鼻炎。所以,市民在使用空调时,温度要适中并注意保暖。



名医档案

姜彦 教授,主任医师,博士生及博士后导师。青岛大学附属医院(青岛大学第一临床学院)副院长,兼平度院区党委书记,耳鼻咽喉头颈外科、变态反应科、睡眠医学中心学科带头人。山东省有突出贡献中青年专家、青岛市拔尖人才、山东省优秀医师。

学术兼职:中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编委会委员、鼻科组委员,中华医学会耳鼻咽喉头颈外科学分会鼻科学组委员,中国医师协会耳鼻咽喉头颈外科学分会委员,中国医师协会内镜医师分会耳鼻咽喉内镜专业委员会委员。

用药效果不佳 可考虑手术治疗

家住青岛崂山区的王先生多年来被鼻塞、喷嚏、鼻涕困扰,鼻部的不适已经扰乱了正常的工作生活节奏,虽然多次就医,也用不少药物,如鼻喷激素、抗过敏药等,但症状仍反反复复不见好转。最近,王先生来青大附院耳鼻咽喉科门诊就诊,姜彦发现,他的双侧鼻腔黏膜苍白水肿,总鼻道半透明息肉样物,过敏原皮肤点刺检测提示对粉尘螨、户尘螨、黄花蒿花粉等过敏。门诊上,姜彦耐心解释他所患的其实是非常常见的疾病,即慢性鼻窦炎伴鼻息肉,并且同时患有变应性鼻炎。一般情况下,鼻喷激素和抗过敏药能够缓解症状,但部分患者对药物耐受不良,或者药效不佳,或者不能长期使用药物,则应考虑手术治疗。

姜彦表示,对于持续性中重度变应性鼻炎的患者,如果药物不耐受或疗效不佳,可考虑内镜下翼管神经切断术或者其改良术式,该手术通过降低支配鼻

腔黏膜的副交感神经活性,减轻变态反应,治疗效果显著;对于慢性鼻窦炎伴鼻息肉,同时有变应性鼻炎的患者,可以采取内镜鼻窦开放手术的同期进行翼管神经切断术或者其改良术式。

记者了解到,姜彦团队在2020年起就已经施行上述同期手术,像王先生这类患者具有良好的适应证。在内镜手术中,常规清理息肉和鼻窦炎症后,寻找并显露过敏性鼻炎症状的责任神经——鼻后神经,沿蝶腭孔360度切断神经分支,再进一步显露咽支并切断,从而完成选择性翼管神经切断术。作为传统翼管神经切断改良术式,不仅保留了手术疗效,而且避免了术后眼干不适。此外,单纯过敏性鼻炎如符合手术指征也可行微创手术,根据病情同期进行鼻中隔偏曲和鼻甲肥大的矫正,能够有效改善喷嚏、流涕及鼻塞症状,而且也已经作为疾病的二线治疗写入诊疗指南。

患哮喘几率高 尽早就医有效控制

“得了过敏性鼻炎,应积极干预治疗。”姜彦说,目前很多市民对过敏性鼻炎的认知存在较多误区,认为过敏性鼻炎只不过是发作时有点痛苦而已,过后仍和健康人一样,治不治无所谓。随着鼻喷药剂的普及,不少人感觉使用鼻喷剂后鼻塞等症状明显改善,于是一有鼻塞就喷药,然而频繁使用鼻喷剂,这不但治不好病,还可能导致药物性鼻炎发作,加重鼻塞的症状。

“有过敏性鼻炎的人患哮喘的几率要比普通人群高3—4倍。”姜彦解释道,过敏性鼻炎发生在人的上呼吸道,表现为打喷嚏、流鼻涕、鼻塞等症状,而哮喘发生在下呼吸道,表现为发作性的气喘、咳嗽等,两者关系极为密切。而且过敏性鼻炎病史往往早于哮喘的发病史,控制好过敏性鼻炎,哮喘一定程度上可以避免或有效降低其发作时的症状。所以二者需要同时进行积极干预和治疗,即使是单纯的过敏性鼻炎,也必须积极治疗,以防止其诱发哮喘。

如果患上过敏性鼻炎,可以每天喷生理海水,对缓解症状或鼻黏膜干燥导致的鼻出血有一定的帮助,但要有效控制还需要尽早就医。通过皮肤点刺试验或血清特异性IgE检测明确过敏原,从而有选择性地远离过敏原,并可进行药物治疗或免疫治疗(脱敏治疗)。此外,患者平常应适当锻炼身体,提高身体抵抗力和免疫力,经常用冷水洗脸,能够提高鼻部的抵御病毒或者细菌的能力。罹患过敏性鼻炎、鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉的患者朋友,建议到耳鼻咽喉科门诊系统检查,包括过敏原检查、鼻内镜、电子鼻咽喉镜、嗅觉、鼻功能等检查。姜彦特别提醒,如果中老年人群突然无故发生鼻出血,也需要警惕鼻腔鼻窦及鼻咽部肿瘤的发生,最好及时就医检查。

姜彦领衔的鼻科团队是一支诊断治疗过敏性鼻炎、难治性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻颅底以及鼻眼相关外科的专家团队,专家团队十余人,包括过敏性鼻炎专科、普通鼻科、鼻颅底外科、鼻眼相关外科、鼻整形外科,拥有国内一流的鼻科检查仪器和国内领先的外科手术设备。

◆相关链接

别再把过敏性鼻炎当感冒

针对近期过敏性鼻炎患者增加的情况,姜彦提醒,普通感冒主要是由病毒感染导致的鼻部和咽部出现炎症,但是过敏性鼻炎主要是由于过敏原刺激引发的鼻部炎症。区分过敏性鼻炎和感冒,可以注意以下几个方面:感冒一般是短时间内的喷嚏/流涕症状。过敏性鼻炎的患者的喷嚏、流涕的症状持续的时间更长。过敏性鼻炎喷嚏往往连续多个,甚至10余个。除此之外,过敏性鼻炎则可伴有眼痒、结膜充血等眼部症状,部分儿童过敏性鼻炎患者,还可能会出现揉鼻、过敏性黑眼圈、鼻部褶皱等问题。 观海新闻/青岛早报记者 徐小钦 院方供图(除署名外)