

过敏性鼻炎为何频频来袭？

每逢秋高“气”不爽

生活在辽宁大连的王子晨，今年早早地就“嗅”到了秋天的气息，白天是打不完的喷嚏，晚上是擤不尽的鼻涕，最难受时，喉咙、眼睛跟着一起痒。经医生诊断，他才知道自己患的是过敏性鼻炎。

秋天是过敏性鼻炎的高发期。沈阳市民李女士有10余年的鼻炎病史。每年一过立秋，她就感觉身边“病友”多了起来，地铁里的喷嚏声不绝于耳，办公室里一聊起鼻炎，大家就似乎找到了共同话题，医院看病时专家号也常常一号难求。

在沈阳医学院附属中心医院，秋季过敏性鼻炎患者占耳鼻喉科总患者数近30%。医院提供的数据显示，患者数量从8月初起就开始逐渐增多，一般到10月中下旬开始减少，11月基本就很少了。

在“我们都是过敏性鼻炎”豆瓣小组中，近期发帖量和关注量逐步增加，目前已有1.6万余位病友分享病情和防护方法。常有人在深夜或凌晨发帖：“又被憋醒了”。在美团买药平台上，8月以来，鼻炎线上问诊量环比增长31%，每天有超过5万人购买过敏性鼻炎药品。

儿童成为秋季鼻炎的“重灾群体”。中国人民解放军北部战区总医院过敏反应科主任柴若楠介绍，今年立秋以来，过敏性鼻炎问诊患者中每天有20名左右是儿童患者，已成为秋季过敏性鼻炎的主要问诊人群之一。

此起彼伏的喷嚏、彻夜难眠的鼻塞、怎么都不够用的抽纸……又逢9月，对许多人来说，和秋天一起到来的不只是降温，还有恼人的鼻炎。互联网买药平台数据显示，立秋以来在线购买过敏性鼻炎相关药品的顾客大幅增加。为何每年入秋鼻炎患者都显著增多？记者对此进行了调查。

柴若楠说，相较于成人，儿童过敏性鼻炎更容易伴发鼻窦炎、中耳炎、咳嗽甚至哮喘。“鼻炎之害，不容小觑。”

隐形过敏原 给呼吸带来困扰

为何一“嚏”知秋频频影响人们的生活？专家介绍，秋后早晚温差大，空气干燥，本身就易诱发鼻炎，加上人们身边的过敏原不断增多，给呼吸带来隐形困扰。

花粉是过敏性鼻炎的过敏原之一。随着全球气候变暖，温室效应加剧，花粉季节在延长，花粉产量也在增加。中国医师协会变态反应医师分会会长尹佳介绍，有研究发现，一株豚草每年可以产生数以亿计的花粉颗粒，会向一些地方大量入侵和扩散。

耳鼻喉专家表示，8月到10月是北方地区的秋季花粉期，过敏体质人群吸入花粉后，常伴有嗅觉丧失、眼痒、流泪等症状，严重的甚至会引发鼻窦炎、中耳炎等疾病。

但即便躲进高楼大厦，人们也难逃过敏原的“追击”。相关研究显示，室内空气可测得的有害物质并不在少数，如涂料、

油漆、墙布等会散发出酚、甲醛、石棉粉尘等，厨房产生的烟气和炒菜油烟中也含有一些污染物。

“在东北，尘螨是诱发儿童变应性鼻炎最主要的过敏原。”柴若楠说。

近几年来，沈阳医学院附属中心医院耳鼻喉科副主任富公弼明显感觉，在医院接待的病人中，由宠物引起的过敏性鼻炎比例也在增加。“城市中饲养宠物的家庭越来越多，猫、狗的毛发、身上带的尘螨都是过敏性鼻炎的潜在致病因素。”

相比季节性变化、过敏原增多，人们的免疫力却在下降。锦州市中心医院副主任医师孙建华说，人体的免疫系统是一个逐步发育并受到训练的过程。在城市化的发展中，人们与自然环境的接触减少，也减少了与潜在过敏原接触的机会。

“在身体发育过程中免疫系统没有得到足够的锻炼，患过敏性鼻炎的概率自然也随之增高。”孙建华说。

治疗还需对症下药

过敏性鼻炎反反复复，很难根治。医

生提醒，如果有相关症状，一定要到正规医院检查确认病症后，再对症下药。

柴若楠说，如果能确认自己的过敏原，应尽量减少与过敏原的接触。例如，有花粉过敏史的人群，外出时应佩戴好口罩和防护眼镜，防止花粉进入眼睛及鼻腔。外出回家后可以用生理盐水清洗鼻腔、清洁手部和脸部，并更换沾染花粉的衣物，去除身上可能携带的花粉及其他过敏物质。

药物依然是抑制鼻炎的主要手段。孙建华说，确诊过敏性鼻炎后，需要在医生的指导下用药治疗，不可以擅自盲目用药。目前的治疗药物有糖皮质激素、抗组胺药物等。

富公弼建议，如果是季节性过敏性鼻炎患者，最好记住自己发病的日期，在医生指导下提前两周预防性地吃抗组胺药物，这样会缓解发病周期的症状，症状重、持续久的患者应及时去医院进行脱敏治疗。

除了药物干预，保持室内空气清新也很重要。环保专家提醒，应该多使用负离子发生器净化空气，经常开窗通风，保持空气清新流动；此外有相关过敏原的患者，应避免接触毛皮、地毯、羽绒制品，尽量用吸尘器清洁环境。

做好科学绿化，对鼻炎预防也不可或缺。辽宁大学环境学院教授付保荣说，城市绿化既要考虑生态效应，也要考虑尽量避免引进不适宜当地气候条件，或可能增加环境中过敏原的树种，“在城市绿化管理中，也应该合理配置，减少致敏树种的比例。”

月圆人圆 幸福童年

9月8日，长桥中心幼儿园的孩子们在老师的带领下自制桂花月饼。

当日，浙江省湖州市长兴县画溪街道长桥中心幼儿园开展“月圆人圆 幸福童年”迎中秋活动，孩子们通过利用废旧物品创作环保创意画、自制桂花月饼、彩绘灯笼等方式，了解中秋节传统习俗，感受传统文化魅力，喜迎中秋佳节。



今年中秋 “十五的月亮十五圆”

“一年月色最明夜，千里人心共赏时”，9月10日将迎来一年一度的中秋节。天文科普专家告诉记者，今年中秋是“十五的月亮十五圆”，中秋满月最圆时刻为9月10日17时59分。傍晚时分，一轮圆月升起，正是公众赏月佳时。

满月在农历十四至十七间都可能出现，因此中秋节不一定总“赶”得上月亮最圆的时候。近10年之中，公历日期最早的中秋节为2014年9月8日，当时的中秋月最圆时刻出现在农历八月十六9时38分；最晚的中秋节为2017年10月4日，对应的月圆时刻为农历八月十七2时40分。中科院紫金山天文台科普部主任张旸说介绍，从2021年开始，连续三年的中秋都会是“十五的月亮十五圆”。
本版文图据新华社

■广告

正宗原平酥梨9月13日正式开园啦

细嫩酥脆 皮薄汁甜

上魏都惠购预订原平酥梨吧！魏都惠购精心推出的原平酥梨，40元一箱(5公斤)，果实均在7cm左右。

9月14日当日采摘，当日发送。

市内免费送货 一次购10箱以上享受团购价

预订热线：0352-2503915(8小时工作时间)

您可以扫描右边二维码进入魏都惠购

长按识别二维码进入店铺