

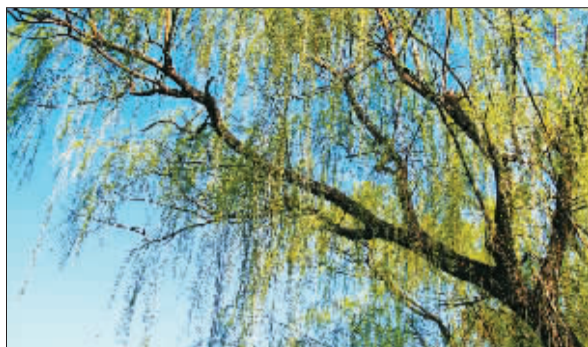
你对春天过敏吗?

□记者 崔宏远 通讯员 牛牧青

阳春三月,邀上三五好友,行走在田间巷陌,穿行在百花丛中,自然是件舒心悦意的事情。可如果你是过敏体质,就要小心了,因为春季也是人们最容易患花粉过敏症的季节。河科大一附院皮肤科主任医师付宏伟、中心医院皮肤科科主任梁广智均表示,花粉过敏症以五官过敏症状为主,表现为喷嚏多、眼结膜充血、肿胀、痒和流泪。一些患者在几年后还会发展成哮喘,病情逐年加重,但花粉过敏症事出有因,正确对待并不可怕。



法桐



柳树

特别提醒:

春季最容易引起花粉过敏的多为种子树,像法桐、垂杨柳、杨树等。

洛阳市绿化植被

一、花灌木

王城大道:玉兰、牡丹、连翘、榆叶梅、红叶李

九都路:红叶李、棘棠、连翘、紫荆

凯旋路:牡丹、棘棠、连翘、紫荆

开元大道:牡丹、玉兰、棘棠、连翘、紫荆、红叶李、贴梗海棠

太康路:樱花、棘棠

龙门大道:紫荆、红叶李、红绿梅、连翘、牡丹、榆叶梅

望春门街:玉兰、连翘、红叶李

其他:西府海棠、郁李、麦李、迎春、李花、碧桃

二、地被植物:福祿考

三、草花:三色堇、金盏菊、瓜叶菊、雏菊、矮牵牛

道路主要行道树及乔木

中州路:法桐、雪松、国槐、栾树、银杏、桧柏

王城大道:法桐、玉兰、红叶李

九都路:法桐、柳树、栾树、红叶李

凯旋路:法桐、玉兰、碧桃

开元大道:法桐、玉兰、红叶李

太康路:法桐、樱花

龙门大道:法桐、杨树、雪松、红叶李、白皮松

望春门街:望春玉兰、红叶李、

其他:楸树、千头椿、棘树、重阳木、西府海棠、碧桃

花粉过敏之因

“4月2日一天接诊了6名花粉过敏患者。”付宏伟告诉记者,进入春季以来,河科大一附院收治的花粉过敏患者比较多。“花粉中含有的油脂和多糖物质被人吸入后,可被鼻腔黏膜的分泌物消化,随后释放出十多种抗体,如果这种抗体和入侵的花粉相遇,并大量积蓄,就会引起过敏。吸入花粉引起的打喷嚏、哮喘以及皮肤感染等都属于花粉过敏。”

据付宏伟介绍,过敏性疾病一年四季均会发生,致病的原因也很多,就春天的季节特

点来说,多风等气候特点是导致花粉过敏症的主要诱因。花粉借助风力,在空气中传播得非常快。如果风力强劲,花粉可以传播到该植物生长地100到200公里以外的地方。据流行病学调查,全世界有数千万人有过敏症状,其中,欧洲占10.9%~18.6%,我国没有相关的统计资料,预计可达到10%以上。其中,呼吸过敏的患者中,由花粉引起的过敏占到1/3~1/4。

引起过敏的花粉种类随季节不同而异。春季致敏花粉主要来自树、牧草(即禾本科

植物)和杂草三大类植物,他们都是借风传播授粉的风媒花。早春时节常见的致敏花粉有榆树、杨树、柳树等所散发出的花粉;晚春时则以柏树、椿树、橡树、桑树、胡桃等树木的花粉为常见。植物受粉期决定了气传花粉的种类、数量及时间分布,决定了该地区的花粉症的发病期及临床特点。像我市树木花粉播散期为3月~6月,当人们陶醉在桃红柳绿的大好春光中时,它们已经开始作祟,在人的面部、脖颈、手臂等暴露部位致皮肤过敏,有时还会随着人的呼吸钻入肺

腑致呼吸道过敏,可谓致敏细无声。

虽然花粉症主要的致敏原是花粉,但是和环境、生活方式的改变等综合因素有密切关系。梁广智表示,由于人们生活水平的提高,在饮食中摄入了大量的鸡蛋、肉制品等高蛋白、高热量饮食,结果导致体内产生抗体的能力亢进,因而遇到花粉等抗原时,就更容易发生变态反应。另一方面是因为大气污染、水质污染及食品添加剂的大量应用,导致人体接触更多的抗原物质,促使人类发生变态反应性疾病。

花粉过敏之病

花粉过敏总是让皮肤、呼吸系统首当其冲受到刺激。

付宏伟介绍说,花粉过敏的临床表现主要在呼吸道,初期为发作性、连续性喷嚏,大量流清水样鼻涕,鼻部奇痒,有的患者眼部、上唇、咽喉,甚至气管、耳部都会出现奇痒。随发病次数的增多,呼吸道症状逐年加重,病人会出现咳嗽、憋气,严重者可能出现哮喘。一部分病人除呼吸道过敏外,皮肤也有过敏,主要发生在面、颈、四肢等暴露部位,表现为痒、红,亦可出现红斑、丘疹等,此为花粉性皮炎。再有一部分病人在花期只表现为单纯的过敏性眼结膜炎,有眼痒、红肿、流泪等症状。另外,

花粉过敏症一般以青年多见,5、6岁以后花粉症患者始逐渐增多,婴幼儿过敏者极少。

过敏与遗传有密切关系,一些人一出生即是过敏体质。付宏伟表示,过敏体质的人若在花粉密度比较高的空间停留,就非常容易引发花粉过敏。不少人认为花粉过敏没什么可怕,其实不然,如果不重视防治,不但会诱发过敏性疾病,还会削弱免疫系统,导致体温升高,诱发心肌炎、胃炎,还容易引起各种细菌或病毒感染。

针对我市主要干道种植的悬铃木(英桐,美桐,法桐)、国槐、杨树(毛白杨,加杨,箭杆杨)、大叶女贞、红叶李、雪松、垂杨柳、合欢、榆树、柿树、

刺槐等40种行道树,付宏伟表示,最容易引起花粉过敏的多为种子树,像法桐、垂杨柳、杨树等居多,这些植物花粉量大体积小,空气中含量高,在起风的日子更容易传播,另外,田间分布最多的油菜花也容易引起花粉过敏。所以春天踏青郊游时要尽量远离这些过敏原。

付宏伟特别提醒,如果对花粉过敏,要警惕桃子、芹菜、苹果、草莓、哈密瓜等这些常见的水果蔬菜也可能产生过敏。研究发现,某些花粉和食物过敏存在着密切的关系,就像两个好朋友一样。像白桦花粉与苹果、樱桃、桃子,艾蒿花粉与芹菜、辣椒粉等。

由于人的过敏性体质无法改变,所以对花粉过敏没有根治的办法。预防过敏的发生,首先要尽量避免接触可能引发过敏的环境。在开花季节居于室内少出门,关闭门窗以减少室外致敏花粉进入。有花粉过敏史的人要记住尽量少吃高蛋白、高热量的饮食,少食用精加工食物。如果已经引发了过敏,一定要去医院检查是哪一种花粉过敏,然后对症治疗。如果要外出郊游踏青的话要带好抗过敏药物,也可事先口服抗过敏药物。

在家居环境中,对花粉过敏者有条件的可在家里加

空气过滤机。如果在花粉指数很高的时候外出,记得带上太阳镜,回来后换上干净的衣服。尽可能在封闭的屋内、阳台晾干衣服,不要在室外晾衣服,否则衣服、被单、床单等容易沾染花粉。

温暖和煦的春风让我们不可能不去亲近大自然,而风媒花的花粉很难做到完全避免,所以药物治疗是不可避免的。

春天花粉过敏传统治疗方法主要还是以控制、缓解过敏症状,降低机体对抗原的敏感性为主,可局部用药,也可口服用药,如:扑尔敏、息斯敏

等。需要注意的是,药物治疗要在医生的指导下针对性应用,万不可想当然随意使用。另外,也可采取替代疗法即脱敏治疗,让免疫系统逐渐适应外界过敏原,从而避免过敏症状的发生。

付宏伟提醒市民,自然界中导致过敏的物质有千种甚至更多,但过敏原检查只能查找到几百种,而且检验也会有部分误差存在。因此,查明过敏原不能只依赖医学检验,要学会在生活中留心,弄清自己的体质,记录分析自己是在接触了什么东西后过敏加重,从而配合医生的治疗。

小贴士



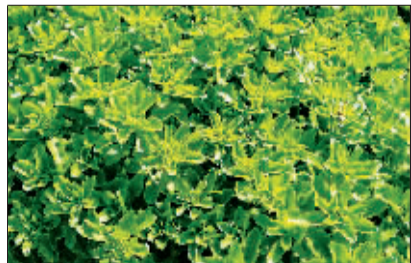
搞清楚自己是不是过敏体质

过敏与遗传有关,同时也受环境的影响。要判断一个人是否属于过敏体质,要了解其是否有家族病史或是血缘关系较近的亲属中是否有过敏性疾病史。另外,还要看这个人对外界各种过敏原的敏感性。过敏原可以是吸入性的花粉、尘螨或冷空气,可以是食物中的葱、姜、海鲜或牛奶,可以是阳光、化妆品或细菌、病毒,也可以是某些药物。

因此,要判断自己是否为过敏体质,首先应了解一下自己的家族病史,看看自己的亲属中是否有过敏性疾病患者。其次,应仔细回想一下自己是否曾有过敏发作的病史,比如接触哪些东西后,出现过“呼吸不畅、鼻塞、流鼻涕、打喷嚏、咳嗽、喘憋”等不适症状。第三,可以去医院作血清特异性过敏原检测和过敏原测定,也能帮助判断是否属于过敏体质。



杨树花



福祿考



连翘