

花开季节，当心过敏“袭人”

专家提醒：综合治疗过敏坚持“四位一体”

□青岛日报/观海新闻记者 黄飞

清明假期过后，部分踏青归来的市民添了一些不适症状。有人眼睛红肿、泪流不止，有人狂打喷嚏、鼻塞、流鼻涕，还有人皮肤红肿瘙痒、起疹子，有人剧烈咳嗽喘息，甚至无法正常生活……这些可能都是过敏惹的祸。“清明前后，过敏人群的敏感季来到，应加强自我防护，必要时可到专业医院通过检测明确过敏原，接受个体化治疗。”青岛市市立医院变态反应科主任医师孙洁说。



每10人中至少有3人“过敏”

近年来，随着气候、环境和生活方式的变化，过敏性疾病患者不断增多。据世界卫生组织数据统计，全球有30%到40%的人口曾经或正在经历过敏性疾病，我国过敏性疾病患者就超过3亿人。

《青岛过敏性疾病调查报告》显示，目前青岛每10个人中至少有3个人“过敏”，属于过敏性疾病的高发地区。孙洁介绍，青岛属于滨海城市，空气湿度较大，尘螨、霉菌等易生长繁殖，从而造成室内空气中尘螨和霉菌的含量增加，这些往往是诱发过敏性鼻炎、过敏性哮喘的主要原因。其次，过敏与饮食习惯密切相关，多数青岛人喜食海鲜，而海鲜是诱发食源性过敏疾病的重要因素。

“相当一部分患者过敏而不自知，过敏不只是打喷嚏、流鼻涕，常见的过敏性疾病还包括特应性皮炎、荨麻疹、过敏性结膜炎、过敏性哮喘等。”孙洁说，有些人鼻子经常不通气、头痛、咽部有痰感，到医院做CT检查发现有鼻窦炎，究其原因是长期过敏性鼻炎导致的。还有些人时不时会清嗓子，自以为咽炎，却总是治不好，病根其实在鼻子，是过敏性鼻炎导致鼻涕倒流到嗓子里。这样的例子不胜枚举。

花粉和野菜是重要诱因

过敏是一种机体对外界过敏原产生的异常增强的免疫应答，一般导致过敏需要三个基本条件，即存在过敏体质、有相应的过敏原、前两者发生接触。

有研究认为，过敏性疾病是遗传和环境

因素相互作用的结果。其中遗传因素是难以改变的。比如父母双方都有过敏史，子女的发病率可高达60%，即便父母是单方过敏，子女的发病率也在20%到40%之间。导致过敏的环境因素与工作、生活密切相关，每个人的体质不同，过敏原也不同，常见的过敏原包括食物（如小麦、大豆、花生、鸡蛋等）、吸入物（如花粉、螨虫、霉菌等）、昆虫毒素、药物（如磺胺、青霉素）等。值得注意的是，长期的不良生活习惯，如喝水、大量抽烟、熬夜、不规律饮食等，可能导致机体免疫力紊乱，从而增加过敏的风险。过敏体质难以改变，但如果能找到过敏原并加以预防治疗，就能最大限度地减少过敏复发或加重。

当下，青岛容易导致过敏的环境因素首先是花粉。引发过敏的春季花粉，来源往往不是姹紫嫣红的“桃、樱、杏、梨”，而是那些不起眼的“杨、柳、桦、柏”等。这些树木一般是风媒花，花粉产量大，重量轻，体积小，不经意间就跟市民的肌肤和呼吸道“亲密接触”，导致鼻痒、发作性喷嚏、大量清水样鼻涕和鼻塞等过敏性鼻炎症状。如果空气中花粉浓度较高，花粉可能会沉积到下呼吸道，导致发作性喘息、咳嗽、胸闷等过敏性哮喘症状。花粉接触皮肤也可能导致皮肤表面出现红斑、丘疹、风团等，还会伴有强烈的皮肤瘙痒。花粉过敏性结膜炎会导致眼睛发痒、眼睑水肿，也可能出现水样或黏液脓性分泌物。”孙洁说。

此外，春季也是挖野菜的好时节，但很多野菜也是引发过敏的源头，比如灰条菜、马齿苋等野菜属于光敏性食物，一些过敏体质的人食用这些野菜后，如果皮肤在太阳下暴露，容易诱发日光性皮炎，导致眼睑、面部、颈部及手臂等部位出现红肿、瘙痒等症状。

“四位一体”综合治疗过敏

有过敏体质的市民在春季应该做好个人防护，尽量少去花粉浓度高的地方，如市区的公园及郊外，如果一定要外出，尽量选择在清晨和雨后花粉浓度相对较低的时刻，外出时尽量穿长衣长裤，可以选用防花粉的眼罩、口罩、外套等，回家后一定要及时洗脸、清洗衣物，冲洗鼻腔，以减少花粉的附着。过敏体质的市民可以在花粉季来临前1—2周就开始规律服用抗过敏药，以减少花粉过敏导致的相应过敏症状。

孙洁介绍，应对过敏的最佳治疗方案是“四位一体”的综合疗法，即正确诊断避免接触过敏原、特异性免疫治疗（即脱敏治疗）、适当对症治疗以及良好的患者教育。其中，过敏原检测是后续诊疗的前提和关键。市立医院变态反应科目前可以通过皮肤点刺试验、过敏原体外IgE检测（抽血检测）和斑贴实验等手段明确多种过敏原，并可根据患者的情况提供个体化的治疗方案，如过敏原特异性免疫治疗和生物制剂靶向治疗等。

“过敏原特异性免疫治疗也就是大家常说的脱敏治疗，是唯一可以改变过敏性疾病自然进程的对因疗法，通过早期标准化脱敏治疗可以明显减轻甚至完全缓解过敏症状，逐渐减少甚至完全摆脱对症用药，并能预防疾病加重和产生新的过敏。”孙洁说。

青大附院国内领先开展内镜微创治疗甲亢突眼症

本报讯 近日，青大附院耳鼻咽喉科成功为一名甲亢引起突眼的患者实施经鼻内镜下微创双侧眼眶减压术。该手术对操作要求高，目前国内仅少数医疗机构可以开展。

34岁的杨先生两年前患甲亢后眼球越来越突出，近期更是出现了复视症状。青大附院耳鼻咽喉科姜彦教授接诊后，为杨先生开展了经鼻微创双侧眼眶减压术，手术后，杨先生突眼和复视症状得到缓解，且视力未受影响。

近年来，姜彦带领团队积极开展甲状腺相关眼病的内镜治疗，并在鼻窦肿瘤或炎症累及眼眶、眼眶内肿瘤、外伤性视神经病、鼻颅眶异物等疾病的诊疗方面积累了丰富的经验。其中，经内镜微创眼眶减压术通过鼻腔自然腔隙入路手术，避免面部切开影响患者面容外观，同时减少了眼眶周围组织的损伤风险，创伤小且可有效缓解眼内压力。对伴有视神经受压的重症患者还可同时实施视神经减压以挽救视力。由于手术区域解剖结构复杂，且靠近视神经孔，手术医生稍有不慎即会造成眼肌麻痹、眼球运动不良或视力丧失等严重并发症。目前，该手术在国内仅少数医疗机构可以开展，在我省尚未能作为成熟技术开展。（黄飞）

市北区医社共同体家医大讲堂开班授课

本报讯 近日，市北区党建引领医社共同体家医大讲堂开班仪式在康复大学青岛中心医院举行。活动现场，康复大学青岛中心医院家医培训基地授牌启用，“北卫先锋”家医服务队现场授旗。

近年来，市北区创新建立“党建引领医社共同体、六大片区联合党委、北卫先锋服务队（即家庭医生团队）”三级组织架构，在全市率先开展“百名专家下沉、千场义诊服务、万户家医签约”系列活动，由“被动坐诊”向“主动出诊”转变，初步构建起全方位全周期的基层卫生健康服务体系，目前已开展家医大走访2.5万余户，完成义诊和健康教育1000余场次，辖区群众看病就医满意度不断提升，家庭医生签约率提升18%。“北卫先锋”党建品牌和医心“首”护健康服务品牌深入人心。

2024年，市北区将以家医服务高质量发展为工作主线，进一步细化落实《市北区家医服务大提升“四百工程”实施方案》，聚焦群众的健康服务需求，聚合更多优质医疗资源下沉，聚力推动家医服务提质增效、基层诊疗服务提档升级。（黄飞）

债权债务公告

青岛市市北区布克计算机培训学校（统一社会信用代码：52370203MJD8892364），经我单位第2届5次会议表决同意，决定向登记管理机关申请注销，并成立清算组，负责清算工作。请我单位的债权人于公告发布之日起45日内向清算组清偿债务或交付财产。清算组通讯地址：山东省青岛市市北区金华路12-1（大沙路4-9号），联系人：赵晓婧，联系电话：13159859823。

青岛市市北区布克计算机培训学校

2024年4月9日

减资公告

青岛大海装饰工程有限公司（统一社会信用代码：91370212MA3QJH5F8T），经全体股东会决议，将本公司注册资本由500万人民币减至200万人民币。债权人自本公告刊登之日起45日内，有权要求本公司清偿债务。

特此公告

联系人：王君 联系电话：15092107789 地址：青岛市香港东路23号
青岛大海装饰工程有限公司
2024年4月8日

施工通告

根据沈海高速公路南村至青岛日照界段改扩建工程通信线路迁改项目（交警部分）的要求，施工单位于2024年4月12日至2024年5月30日在G15沈海高速公路K567+000至K697+750路段48处监控设施点位进行迁移作业，每处点位作业时需中断交通15分钟。施工路段按规范设置交通警示标志，请过往车辆按提示标志减速慢行。

特此通告

青岛市公安局交通警察支队潍莱高速公路大队

青岛市公安局交通警察支队同三高速公路大队

青岛海信网络科技股份有限公司沈海高速拓宽通信迁改项目部

2024年4月8日

2024年4月8日