

四月春光好,但是有的人老是“阿嚏”,有的人身上起红疹 防过敏,最好的办法就是远离过敏原

四月是“最过敏”的季节。防止花粉过敏,最有效的也是最“简单粗暴”的方法就是远离过敏原。“春敏”过敏原都有啥?记者采访了多名医学专家。

让你“花粉过敏”的是大树和杂草

很多人对“花粉”一词有误解,认为花粉只属于开得鲜艳的花朵。但专家指出,其实,在临床上导致花粉过敏的过敏原主要来自树木或杂草的花粉。江苏省人民医院耳鼻咽喉科主任、过敏诊疗中心主任、中华医学学会变态反应学分会候任主任

委员程雷教授介绍,早春时节,像柳杉、杉木等杉科植物就是常见的致敏花粉,而法国梧桐是晚春时节主要的花粉致敏原。

过敏性鼻炎患者往往自以为感冒。对此,江苏省中医院耳鼻喉科赵晶晶副主任中医师介绍,感冒一般在病程的3-5

天时鼻痒、喷嚏的症状减轻,鼻涕日渐转为淡黄色或浓黄涕,且感冒可自愈。而变应性鼻炎则不同,自行服用感冒药有一定效果是因为感冒药的复方成分中含有抗过敏成分,停止用药后症状立即复发,病程持续一月甚则更久仍不见痊愈。

吃野菜、晒太阳都可能诱发过敏

一些人会有这样的困扰:“一到春天出去玩一小会儿,脸上、胳膊上全起了红疹子,也不敢挠怕抓破了。”

南京市第二医院皮肤科副主

任医师于晓云告诉记者,上述症状是典型的春季皮肤过敏症状,春天的易感物质比较多,比如花粉、柳絮,比如食用一些野菜,对于一些易感人群来说发生荨麻

疹的几率比平时也要高一些。于晓云表示,春天人们的衣物减少,紫外线却要强烈许多,最常见的就是多形性的日光疹,也就是在患者的暴露部位会出现疹子。

网红喷鼻药品灵不灵?

近年来,各种“网红”喷鼻药品刮起一阵风,在赵晶晶看来,这类药物短时间使用对缓解鼻塞和保证鼻分泌物的引流效果不错,但如果长期使用,鼻腔充血、肿胀反而会加剧,导致更为

严重的鼻塞,同时会引起血压升高、心悸、失眠焦虑、加重青光眼和甲亢病情等副作用,因此国内医生早已不推荐使用。

防止花粉过敏,最有效的方法就是远离过敏原。在花粉

高发期应尽可能减少户外活动。如果一定要外出,要避开中午前后花粉指数最高的时段,穿长袖衣物,减少接触花粉的几率。

(来源:央视网、紫牛新闻、人民日报)

【X病房】

30月龄童打翻排骨汤致深Ⅱ度烫伤

专家:3岁以下儿童烧烫伤占到三分之一,家长要管好热源学会自救

日前,泰州紧急送往江南大学附属医院烧伤救治中心的30个月的王姓女童,经过奋力抢救,终于脱离了生命危险。导致她烫伤的是一锅刚沸腾的排骨汤。中心主任医师顾在秋介绍,3岁以下儿童烧烫伤占到三分之一,家长一定要重视了。

这名烫伤的女童是泰州人,家人把沸腾的排骨汤端到桌子上,转身又去忙碌了。过了一会儿,就听到女童撕心裂肺的哭声。原来,女童碰翻了桌上的锅子,排骨汤泼到身上。经当地医院诊断,女童双上肢、胸部、双下肢等体表面积30%为深Ⅱ度烫伤,这对于一

名不到三周岁的孩子来说,烫伤程度非常严重,当地医院建议患者送江南大学附属医院。患者家属立即向江南大学附属医院电话求助。尽管处于疫情期间,江南大学附属医院在了解情况后,在做好相关疫情防护措施的前提下,全力抢救患儿。患儿送到江南大学附属医院后病情不稳定,全身肿胀,小便少,心率快,创面裸露,伴有发热。在隔离病房,医护人员为患者输血浆、创面生物膜贴敷等给予以抗休克、抗感染治疗。目前,患者已脱离危险期,病情稳定。接下来,还需要进一步换药以及手术植皮的可

能。

顾在秋介绍,一般情况,3岁以下的儿童无安全意识,因此家长一定要监护好孩子,管理好热源,如把可能引起烫伤的东西放在桌子中央或孩子够不着的地方;3岁以上的儿童属于有意识模仿,需要进行安全教育。孩子一旦烫伤,除了哭闹外一般不会自救,家长往往惊慌失措不知所措。正确的方法应该是第一时间用凉水冲,这样除了减少疼痛外,还可以降低局部温度,减轻烫伤深度,对预后减轻瘢痕形成很有好处,而不是涂抹酱油、花生油等土方法。

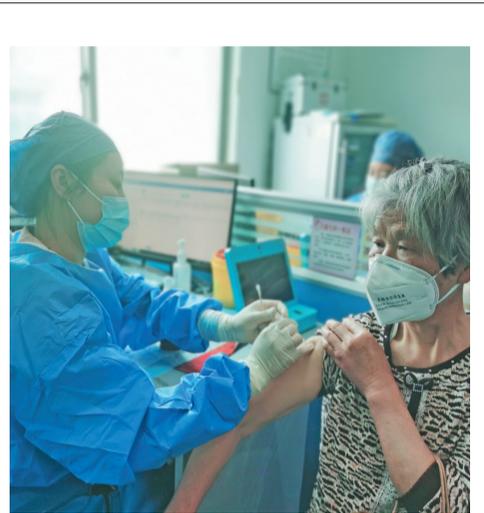
(卫文)

从中草药忘忧草中得到灵感 这家医院的肿瘤科有个“忘忧阁”

“好一朵茉莉花,好一朵茉莉花,满园花香也香不过它……”4月18日,患胰腺癌的李老伯,和其他几名癌症病友合着节奏,拍手哼唱。这不是在音乐厅,而是无锡市中医医院肿瘤科病区“忘忧阁”里传出的声音。该院肿瘤科主任尤建良介绍,癌症患者在治疗过程中会产生不同程度的恐惧心理,“忘忧阁”正是通过音乐治疗等活动,让患者增强治疗的信心。

李老伯前段时间在无锡市中医医院肿瘤科病区接受化疗,化疗副作用让他食欲减退,每天只能睡3-4个小时,眼看着只得中断治疗。在“忘忧阁”,经过心理音乐治疗,做做八段锦,他渐渐有了胃口,睡眠质量也变好了,使得中西医协同治疗能够得以继续。“忘忧阁”就设在肿瘤科病房侧面的一个独立空间,这里有书架、绿植、蓝牙耳机、屏幕、祝福墙……医院通过为癌症住院患者开辟这方天地,让他们忘却冷冰冰的治疗,淡忘肿瘤疾病本身。

尤建良介绍,有一种中草药叫忘忧草,“忘忧阁”的取名就是从中得到灵感,既有希望肿瘤病友忘却忧愁之意,又暗合忘忧草静心安神的药性。他科室平时的患者中,中晚期癌症患者比较多,他们中相当一部分人悲观、抑郁,如果只是单纯治疗肿瘤,不去纾解压抑的心理,这种治疗是不够的,也可能进行不下去。尤建良说,“忘忧阁”活动时,他都会和科室的医护人员一起,为病友介绍相关抗癌知识,同时着重解决心理治疗目前这一肿瘤治疗中比较欠缺的环节。他解释,《黄帝内经》曾提到“宫商角徵羽”这五音与疾病的对应关系,音乐治疗对治病有帮助。而音乐的治疗,不一定要肿瘤患者对音乐有多深的了解,主要是让患者听听音乐,分享音乐疗法在肿瘤患者中的作用,增加患者体内的内啡肽,减少疼痛感,保持心情愉悦,增强免疫力,增强治疗的信心,更体现医学的人文关怀。(卫文)



近日,羊尖镇卫生院与各村(社区)密切配合,开设老年人新冠疫苗专用通道。各村(社区)安排专车,分批次为老年人提供接送服务。卫生院在等候区搭建遮阳棚,增添板凳、提供矿泉水,在每一流程上安排志愿者,给行动不便的老人安排座位,搀扶前往接种区域,办理接种手续。(孙燕芳 摄)

【医点通】

糖尿病与牙周病互为危险因素

专家:口腔问题与全身健康息息相关

“牙疼不是病,疼起来要人命。”近日,市民张先生就备受牙痛困扰,日常饮食都成了难题。张先生随即前往无锡口腔医院就诊,经诊断张先生牙龈肿胀,且呈现出明显的牙周炎症状,伴有严重的口腔溃疡。询问病史得知,张先生近来工作压力很大,经常熬夜,也好抽烟,久而久之口腔就出现了相应病症。

无锡口腔医院副院长桂湧告诉记者:“口腔问题并不一定是单纯的牙齿、牙龈问题,它也与全身健康息息相关,可谓是牵一发而动全身。”从检查结果上来看,张先生口腔内牙菌斑很多,牙周炎的“罪魁祸首”恰恰是牙菌斑。但是从深层次来

看,生活不规律导致张先生抵抗力、免疫力下降,也是出现相应口腔问题的重要原因,加重了牙周疾病的症状。不仅如此,人一旦精神紧张,也可能表现出明显的心理压力,进而导致持久性的心理应激反应,这种应激反应表现在口腔上就可能产生“口腔亚健康”状态。为此,他建议张先生还是要适时调整作息规律,在工作生活中不要给自己太大的压力,顺其自然,注意均衡饮食。

除了亚健康,某些特定的慢性病也可能加重牙周疾病。以糖尿病为例,实际上糖尿病与牙周病互为危险因素。一方面,牙周疾病患者一旦同时患有糖尿病,口腔炎症不容易治

愈。另一方面,牙周疾病也可能影响糖尿病患者的血糖控制,糖尿病人群牙周病的患病率远高于非糖尿病患者。因此广大糖尿病患者要定期监测血糖,保持血糖稳定,与此同时更应该注意口腔卫生,减少口腔炎症的发生。

值得一提的是,处于妊娠期的妇女怀孕期间激素水平明显升高,牙龈就更容易发炎。一旦妊娠期出现迁延不愈的牙周疾病,早产儿、低体重儿的出生可能性就会增大,最为棘手的是妊娠期间还无法通过常规牙周治疗来控制炎症。桂湧建议备孕前就应该做口腔检查,诊治一些常见口腔疾病,等治疗以后怀孕更安全。(顾明)