

### 又到桃红柳绿时 花粉过敏当自防

# 春天花季过敏病人明显增多



赵华佳摄

■记者谢邠翔

近日,家住杭州大河宸章小区的邹女士发现自己的脸上冒出了不少“红疙瘩”,起初她并不在意,但脸上却越来越痒。邹女士到医院就诊后发现自己是花粉过敏。原来,这几天,邻近小区的运河两岸,桃红柳绿,景色怡人,她在饭后散步时多转了几圈,还凑近花卉拍了不少照片。

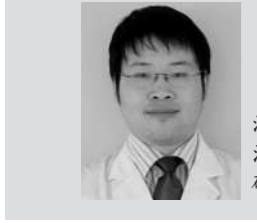
春暖花开之时也是花粉过敏的高发期,记者到各大医疗机构咨询,来医院就诊皮肤过敏的人数有增多的情况。杭州市第三人民医院皮肤科陈书悦医生对花粉过敏症的病原和防范作了解读。

#### “痒”是花粉过敏症的临床特征

过敏是一种机体的非正常反应,过敏综合征的发病率大约为20%,无论哪个年龄段都有发生。陈书悦介绍,只有当过敏原接触到过敏体质的人群时才会发生过敏反应。有人在吸入花粉后,产生过敏反应即为花粉过敏症。

花粉过敏症是指由花粉过敏而引起的呼吸道及眼部过敏表现,也是特异性个体对花粉的一种过敏反应。花粉过敏的主要表现为打喷嚏、流涕,呼吸道和结膜炎,过敏性鼻炎等症,此外,还会有皮炎湿疹、荨麻疹、脓包甚至更严重的可能会引发过敏性休克。

陈书悦说,以往年的经验看,花粉过敏一般在春季、大风和空气湿度较低的时候易发生。



陈书悦,杭州市第三人民医院皮肤科主治医师,美容主诊医师,医学硕士。毕业于浙江中医药大学,主攻面部皮炎的中医药治疗研究,皮肤屏障功能的研究,激光美容治疗。

那么为什么春天的皮肤容易过敏呢?陈书悦介绍,春天皮肤的新陈代谢机能最旺盛,而天气又忽冷忽热、乍暖还寒,皮脂腺和汗腺难以取得平衡,使皮肤敏感,极易产生变化,而风沙粉尘等也是引起过敏的重要因素;再加上季节变换,使得皮肤脆弱敏感,对阳光的抵抗力减弱,于是,每年的3月份便是花粉过敏患者就诊的高发期。

陈书悦告诉记者,今年因为花粉过敏而前来就诊的市民同以往的3月一样,总人数占整个皮肤科接诊量的20%,且以女性居多。陈书悦表示,花粉过敏的许多症状与感冒相似,如鼻塞、喷嚏、流眼泪等,但花粉过敏有明显的季节性,有家族史可以遗传,而“痒”是区别感冒和花粉症的一个最好的办法。

#### 花粉过敏女性居多

“花粉过敏的原因很多,主要还是和个人体质有关。通常女性比较容易过敏,主要是因为皮肤裸露在外,而且在脸上过多地使用化妆品导致。”陈书悦表示,花粉中含有的油质被人吸入后,会被鼻腔的分泌物消化,随后释放出抗体。如果这种抗体和入侵的花粉相遇,并大量积蓄,也会引起皮肤过敏。

陈书悦告诉记者,最容易成为过敏原的花一般为风媒花,即利用风力作为传粉媒介的花卉。但花粉过敏的过敏原的存在不仅仅局限在户外,家里也藏着各种过敏原。平时喜欢在家中的阳台养花,而家中碰巧有花粉过敏者,花草将成为过敏原。

#### 预防皮肤过敏 享受春天

陈书悦提醒,平日里良好的生活习惯可以减轻或避免过敏原侵害。在春季花粉飞扬的地区,在皮肤过敏高发季节尽量少去或不去人群聚集的地方,如果需要外出踏青,可以佩戴戴口罩或提前涂抹防过敏药物;还要注意不要食用过敏性、高蛋白和辛辣腥发的食物;可以多吃些水果、蔬菜,喝些普洱茶等;另外保持充足的睡眠、和谐的情绪来强化肌肤的抵抗力也是非常有效的办法。

在日常生活中一定要注意保持环境和个人卫生,居室和办公环境一定要保证通风,注意身体清洁,不要搔抓皮疹部位,避免使用刺激性强的洗剂用品,家中常备抗过敏药品。一旦有花粉过敏症状加重,应及时到医院就诊。

#### 维生素C可缓解花粉过敏



维生素C具有增强免疫力作用,而人体不能制造维生素C,必须每天从富含维生素C的食物中摄取来满足身体需要。菠萝、柠檬、苹果和生姜等果蔬,富含大量的维生素C。果汁中含有天然抗组胺剂和消炎药的成分,帮助人们抵抗花粉,减轻过敏症状。富含维生素C的饮品可以缓解包括持续性打喷嚏、流鼻涕和眼睛痒在内的多种花粉过敏症状。陈书悦建议大家每天饮用一些此类饮品,如泡一杯柠檬茶,多喝有利于防范花粉过敏。

#### 健康资讯

## 澳发明更精准基因测序技术助快诊血癌

■万思琦

澳大利亚科学家发明了一种新的基因测序技术,其精度大大高于现有方法。它就像一台倍数更高的显微镜,可用于对基因组进行精细研究,并帮助快速诊断血癌(即白血病)。

这项技术被称为“捕获测序”,由新南威尔士大学和加文医学研究所的科研人员开发,发表在新一期英国《自然·方法学》杂志上。

新南威尔士大学日前发布的公告称,该技术可以精确测量样本中多个特定基因的活跃程度,即使活跃程度非常低也能检测出来。这种敏感性使它在生物医学研究方面很有应用前景。

人体基因组中除了约2万个负责制造蛋白质的基因,还有大量不制造蛋白质的“非编码基因”,它们在人体发育、大脑功能等诸多方面起到重要的调控作用。但很多这类基因的活跃程度很低,往往只在少数细胞里发挥作用,很难对其进行详细研究。

“捕获测序”技术能以更高精度分析基因组,类似于用像素更高的数码相机去拍照片,可以更好地呈现当前测序技术难以探查到的细节,帮助深入了解非编码基因。

该技术还能用于白血病等疾病的快速检测。不同基因结合而成的“融合基因”被认为与部分癌症有关,已知与血癌有关的融合基因就有约200个。当前检查技术只能一个个地检测融合基因,而“捕获测序”能同时寻找上述全部200个基因,大大加快诊断速度,为救治患者争取时间。

## 线虫或是“验癌高手”

■蓝建中

别看线虫体长仅1毫米左右,日本科研人员最新发现,它在识别癌症方面有“特长”。线虫可根据气味准确识别出癌症患者的尿液,未来有望据此开发出简单而廉价的诊断方法。

此前研究已知,癌症患者的尿液及呼出气体有特殊气味,因此有人研究利用癌症嗅探犬来诊断癌症。不过,训练一条合格的嗅探犬并不容易,且成本不菲。

日本九州大学等机构研究人员在美国新一期《公共科学图书馆综合卷》上报告说,他们采集了218名健康人和24名癌症患者的尿液,将尿液样本置于玻璃皿上,然后将50至100条“秀丽隐杆线虫”放在玻璃皿中央,观察其反应。这种线虫拥有和狗相当的嗅觉受体。

结果发现,线虫普遍远离健康人的尿液,而聚集到癌症患者的尿液旁,准确率高达95%左右。研究人员通过基因操作,使线虫的部分嗅觉功能失灵,结果发现它们不再有此表现。这说明线虫“偏好”的是癌症患者尿液的气味。

此次研究涉及胃癌、食道癌、前列腺癌、胰腺癌等多种癌症,且有些癌症处于很早期阶段,而线虫不分癌症种类和发展程度,都能准确识别出癌症患者的尿液。

#### 健康常识

## 药物副作用: 哪些药吃了让人长胖

■汪燕

大家都知道多吃不运动容易长胖,其实,体重增加也是一些药物常见的副作用,主要有以下几种情况。

#### 刺激食欲:激素类、抗过敏药

赛庚啶等抗过敏药,以及强的松、地塞米松等皮质激素类药物服用后会刺激食欲增加,从而影响体重。短时间服用一般影响不大,需要长期服用者在饮食结构上应有所调整,在食量增大的同时,避免吃过多高脂、高糖食物,可适当多吃蔬菜和水果。

#### 影响激素水平:安眠药、避孕药

地西洋、艾司唑仑等安眠药可能影响体内类固醇激素的释放,让人发胖,但对个体的影响有差异,需要长期服用者可咨询医生后选用合适的剂量,或选用其他药物。含有甲孕酮、左炔孕酮、诺孕酮等成分的避孕药可能引起体重增加,

但多数女性是短期服用,对体重的影响有限。此外,以屈螺酮为主要成分的新型避孕药对体重的影响较小,因此女性不要因为怕发胖拒绝服用。

#### 改变身体代谢:降糖药

格列本脲(优降糖)、罗格列酮、胰岛素等降糖药会影响内分泌系统,改善体内代谢水平,长期服用易导致体重增加,但医生开药前都会考虑利弊并告知。如果发现体重增长明显,可遵医嘱服用二甲双胍等药,减低食欲,控制体重。

此外,服用抗抑郁药会引起体重增加,尤其是阿米替林,长期服用后有可能体重增加超过7%。氟西汀在服药早期有厌食及消瘦作用,一般不会让人发胖。美托洛尔、阿替洛尔、普萘洛尔等降压药,以及某些抗癫痫药也可能让人发胖。

药物引起体重增加相对有限,一般停药后可逐渐恢复,但在服用期间,建议少食多餐,适当吃粗粮等膳食纤维丰富的食物,合理进行有氧运动。需要长期使用降压、降糖药的患者也应通过饮食和运动控制体重。如果服药后一个月内体重超过2.5公斤,或短期内增长超过5%,应及时就诊,遵医嘱调药。

#### 中国科学家一项新研究显示: 查唾液可以判断感染流感风险

据新华社 你是感染流感的高风险人群吗?查查唾液也许就知道了。中国科学家的一项新研究显示,通过分析某个人唾液中的两种糖链结构的含量,可以帮助判断其感染流感的风险。

这项成果发表在新一期英国《科学报告》杂志上。负责研究的西北大学李铮教授说,人体分泌的唾液酸糖蛋白具有不同结构,其中α2—3或α2—6糖链结构上的受体可与流感病毒中的血凝素结合,从而抑制流感病毒对人体上呼吸道细胞的侵袭,增强人体对流感的抵抗力。α2—3的受体主要与禽流感病毒结合,α2—6的受体主要与人际间广泛传播

#### 特别想吃某食物暗示营养失衡

生活中有些人喜欢吃甜,有些人喜欢吃咸,这固然和不同的口味有关,但美国MSN网站近日提醒,如果一段时间内,你特别想吃某种或某类食物,也许意味着营养失衡或更大的健康问题。

老想吃巧克力。意味体内缺乏B族维生素,尤其是维生素B<sub>12</sub>和B<sub>6</sub>。它们帮助人体新陈代谢,提高传递能量的效率。一旦缺乏,人容易感到疲劳、沮丧或情绪低落。巧克力则通过释放血清素,让人感到快乐。

想吃甜食。可能是胰岛素缺乏。胰岛素的作用是抑制细胞对糖的摄入,一旦缺乏,人低血糖时就会焦躁不安、思绪混乱且易怒、固执。这就是有些人不吃甜食就坐立不安的原因。

想吃辣的食物。吃东西时总要求越辣越好,证明你舌头上的味蕾已在常年辛辣中降低了敏感度,且你会经常因菜肴不够辣而情绪激动或感到身体疼痛。这是因为辣椒中含有天然镇定素,摄入辛辣食物是缓解过度紧张的一种途径。

想吃肉。体内缺乏氨基酸或铁等矿物质不足。肉类的蛋白质能帮助人体获得所需的氨基酸;其中的铁与植物中的铁不一样,与人体需要的形式完全一致,能更好地被人体吸收利用。并且,肉中含有某种因子能促进铁离子吸收。

#### 医院特色

## 浙江省中医院消化内科蓄势创新植根临床

# “保护你的胃”是他们的强项

■记者谢邠翔

浙江省中医院消化内科为卫生部国家临床重点专科、卫生部临床药理研究基地、国家中医药管理局首批重点学科,浙江省中西医结合重点学科、中医消化优势学科培训基地、浙江中医药大学中西医结合临床博士点、中医、西医及中西医结合硕士点。已初步建设成为国内一流、极具中西医结合特色的临床、科研、教学基地。

该学科于上世纪60年代建科,凭着对消化系统常见疾病的诊疗积累了丰富的临床经验,学科已形成了一整套成熟的中西

医结合诊疗方案,充分发挥了中西医的整合优势,极大地提高了临床诊疗水平。

诊疗范围涵盖了急慢性胃肠炎、炎症性肠病、功能性消化不良、肠易激综合征、胃食管反流病、肝炎、肝硬化、急性慢性胆囊炎、胆石症、急性慢性胰腺炎、重症胰腺炎、各种原因的消化道出血、消化道肿瘤等(食管、胃、小肠、大肠、肝、胆、胰腺等脏器)常疾病和疑难杂症;并成熟开展了内镜下各类消化疾病的微创或无创的诊治技术,体现了“融汇中西医、贯通传统现代”的整合医学模式。

学科建有专科专病门诊、消化专科病房(77张床位)、消化内镜中心和国家局二级消化实验室,规模位居我省前列。而消化内镜中心是目前省内诊治设备最齐全的单位之一,除已具备的胃镜、结肠镜、超声内镜、小肠镜、十二指肠镜、胶囊内镜、高分辨率胃肠测压系统等设备外,已计划引进共聚焦胃镜。目前学科在ERCP术、早期胃癌食管癌内镜下切除术(EMR)或剥离术(ESD)、超声内镜技术(EUS)、消化道梗阻支架置入术、肠梗阻导管置入术、消化道隧道技术(POEM)治疗贲门失迟缓症、胃食管反流病微创手术等消化内镜技术领域省内领先。

临床经验丰富的医疗团队也是该学科的一大特色,消化内科医护人员近40人,本着“精诚合作成就卓越团队、仁和济世呵护人类健康”的院训和“爱心、责任心、将心比心”的服务理念,全心全意为广大病人提供优质的医疗和优良的服务。



该学科通过多年努力逐步形成了三个明确和稳定的研究方向:中医药防治慢性萎缩性胃炎和胃癌前病变;功能性胃肠病与胃肠动力障碍性疾病;胃肠道炎性损伤的中西医结合防治。

## 永康:严治公路污染 净化空气质量

日前,永康市路政大队针对元宵节后工程建设继续开工,工程运输车辆上路运营产生公路污染的状况,专门组织人员对省道、县道主干线,以及城区入城路段的车辆展开专项检查整治。这也是永康市今年对公路污染治理中的一项重点工作。

据了解,为防治公路扬尘污染,净化空气质量,保护公路两侧居民的身心健康,以及保障公路行车环境的“环保和舒适”,今年永康市对公路污染的车辆治理,将采取“以治超站和各片区路政中队上路巡查抓源头治理,与路政大队不定期集中整治相结合”的工作方法,严查运输车辆抛洒、洒、漏等公路违法行为,以此杜绝扬尘满天飞的状况,早日还百姓一个碧水蓝天的生活环境。林加强 倪银刁

金华市海景化工有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。

张桂林遗失二级建造师证书,编号:浙233060703263,所在企业:浙江银江电子股份有限公司(更名为:银江股份有限公司),声明作废。

杭州恩凯建筑装饰工程有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。

淳安县柏华贸易有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。

杭州千岛湖环湖揽胜汽车租赁有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。

淳安千岛湖品诚贸易有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。

杭州文教文化创意有限公司注销清算公告:本公司股东已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。

临安万宏房地产开发有限公司减资公告:经本公司股东会决定:本公司认缴注册资本由4650万元减至500万元。请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,逾期不提出的,视为没有提出要求。

临安蓝宇环保工程有限公司遗失杭州市工商行政管理局临安分局2015年3月3日核发的注册号为330185000116298的营业执照正本,声明作废。营业执照遗失公告:本公司(杭州锦盈服饰设计有限公司,注册号为330103000227989)不慎遗失由杭州市下城区工商行政管理局2014年10月22日核发的营业执照正本,声明作废。

杭州汇大医疗器械有限公司注销清算公告:因公司外方投资者股权转让,公司性质由中外合资企业变更为内资企业,公司董事会决定注销清算,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。

富阳市海景化工有限公司注销清算公告:本公司股东已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的,视为没有提出要求。