

世界过敏性疾病日 给“敏感星人” 一份健康锦囊

南国都市报7月8日讯(记者 王康景 文/图)7月8日是世界过敏性疾病日,过敏作为生活中常见的疾病,其因过敏原的不同可引发不同的过敏反应,给患者带来不少困扰甚至发生致命后果。在海南有哪些比较常见的过敏性疾病?通常的过敏原有哪些?日常又该如何加强防治?7月7日,海南省人民医院皮肤科副主任医师王远志接受采访时就此话题为患者答疑解惑。

“在我们门诊上,常见的过敏性疾病主要有荨麻疹、湿疹、特应性皮炎等,引起这些过敏性疾病的过敏原其实有很多,比如尘螨、芒果等水果、海鲜、酒精等。”王远志说,可能很多人对过敏种类有些误解,以为一种过敏原只会引发一种过敏症状,但实际医学上是同一过敏原可以引起不同种类的过敏性疾病,要根据皮疹的具体情况来分类。比如有的人吃了海鲜,过敏只是表现为全身少许红斑的过敏性皮炎,相对不严重;而有的人则会出现大面积的风团,又红又痒,甚至喉头水肿诱发休克,危及生命。

在医学上,以荨麻疹为例,一般短期内痊愈者称为急性荨麻疹,而病程(从发病到就诊时间)大于6周且每周发病2次以上者为慢性荨麻疹。王远志说,海南属于高湿高热的气候,还有一些相对独特的过敏性疾病,比如紫外线引起的过敏(如日光性荨麻疹),以及尘螨引发的过敏等。除了上述种类,生活中还有对花粉、柳絮、梧桐絮等过敏而发生的鼻炎,以及哮喘等呼吸道过敏性疾病。

“在应对过敏问题上,首先要查清楚过敏原是什么,因为每个人的过敏体质在过敏原表现上有所不同;其次要想避免过敏,就要了解过敏环境,避开过敏原;最后要进行规范治疗。”王远志说,有些过敏症状容易引发严重后果,比如过敏诱发的喉头水肿。患者如出现胸闷、气促、鼻塞流涕等症状,应及时就医,因为此类病情容易发展为喉头水肿,最终可能引起窒息休克。

此外,一些过敏患者私自用抗过敏药物不当,也容易引起并发症,比如前列腺患者会因此排尿困难,还有的会出现血压血糖升高等。因此,患者如果出现过敏情况比较严重的应及时就医、规范用药。王远志建议有过敏史且时常过敏的患者,在查清过敏原的同时可以自备一些抗过敏药物,如果发生过敏时只是有少量皮疹,没有胸闷、呼吸困难等症状的,可以先使用一些抗过敏药物,如果症状不得到缓解就要及时就医。

他提醒,用药须讲究,一般第



海南省人民医院皮肤科副主任医师王远志

一代抗过敏药容易导致人嗜睡,而第二代抗过敏药则相对不易嗜睡。因此,一般临床用药以二代抗过敏药物为主。若需要联用时,建议白天使用第二代药物,夜间则使用第一代药物。司机、高空作业者等特殊人群应慎用抗过敏药,尤其是第一代药物。孕妇用药务必咨询专业医师。

他还表示,因为气候条件有别,如一些由寒冷因素导致过敏的北方朋友来到海南后,病情可得到不同程度的缓解;来自江南水乡尤其在梅雨季节发生尘螨过敏的患者来到海南之后的过敏反应也会相对减轻。还有一些因为植物过敏(花、草、树等)的患者离开当地环境,来到海南后,由于不存在相同的过敏植物,类似的过敏反应未曾发生。

“生活中很多人会存在尘螨过敏,尤其是呼吸道过敏者(比如过敏性鼻炎、哮喘等),这里要提醒大家,定期晒晒被子、清洗空调等,这样才能尽可能地避免尘螨诱发的过敏。”王远志说,防治过敏需要避开过敏原,但也不应该因为过敏原恐慌而盲目忌口,这样会导致营养不均衡、抵抗力下降,尤其是年纪大的人群。

孩子生长“迟缓”就认为患有“矮小症”? 专家: 勿盲目使用生长激素

南国都市报7月8日讯(记者 王康景)“有些家长看到别人家的孩子长得比较高,自家的孩子看上去比较瘦小似乎生长得很慢,就非常着急、焦虑,不知道怎么办,其实平时生活中的细致观察可以初步评估,如果不放心可以到医院进行正确的判断。”7月6日上午,在海南省人民医院门诊大厅,2025年中国儿童生长发育健康传播行动(海口站)现场,海南省人民医院内分泌科副主任方团育进行科普时强调了科学看待孩子生长发育的重要性。

当天活动现场,多种科普义诊内容吸引了不少带娃的家长,有的家长带娃在测量身高,有的排起长队让孩子接受骨龄测试,还有的围在生长发育评估咨询台前进行仔细咨询。

“来看孩子性早熟问题的越来越多,60%的家长对孩子身高感到焦虑……”方团育表示,这些问题在门诊上常见,但是家长首先要客观科学认知孩子“矮小”的问题,包括影响身高的因素、怎么界定孩子是否真的存在生长发育迟缓?如何不错过最佳干预时间等。

方团育说,孩子身高有约60~70%受遗传因素影响,有30~40%受后天因素影响。后天因素中又包括了营养、运动、睡眠、生长环境、疾病(如甲状腺、骨骼疾病,生长激素缺乏症)等。

家长在生活中可以通过一些“讯号”来关注孩子是否存在“矮小症”,比如孩子两三年不换裤子、孩子总是坐在第一排、幼儿园或班级里身高倒数1~3名、家族中有身材矮小者、身高比同龄孩子矮半个头等等。

“需要强调的是,当出现这些情况后,不要擅自认定孩子患有矮小症而盲目给孩子使用保健品等药物,要经过详细的检查才决定资料。”方团育说,比如孩子父母身高本身就比较矮小,不应该盲目盼望自己孩子要长得高大,有时候孩子看上去比同龄孩子矮小,但也属于正常生长发育范畴。

他还提醒,家长们对孩子做好身高管理,每三个月给孩子量一次身高,做好记录,若发现孩子身高出现异常,要及时做好睡眠(长期睡眠不足不利于生长激素的分泌)、运动(适当运动可促进骨骼生长发育)、饮食(均衡饮食有助保障生长发育的营养需要)及情绪上的调整,若身高增长速度还是异常,就要及时带来专科门诊就诊,避免错过最佳干预时机。必要时可以遵医嘱用生长激素,生长激素临床应用至今已有30余年,现有数据表明生长激素安全性较好,不良反应总体发生率较低。



漫画：“敏感星人”的健康锦囊。
新华社发朱慧卿作

广告

信息广场

花边少 效果好

电话单 100元/CM 海报 200元/CM 宣传页 100元/CM 名片 50元/CM 菜单 100元/CM 请柬 100元/CM 证书 100元/CM 邀请函 100元/CM 请柬 100元/CM 证书 100元/CM 邀请函 100元/CM

广告热线电话：
66810111 66810671

本栏目信息

35元/行, 每行15字
低价格 高效率

便民信息

温馨提示: 信息由大众发布, 消费者谨慎选择, 与本报无关

求购

▲全款求购海口市区内房子,1-3房,楼梯电梯均可,一次性付款。秦先生 18184693296

求职

▲陈先生求职: 上半夜洗碗工或大夜保安, 有意者联系 18889121951