

# 冬季儿童过敏性疾病高发 避开过敏原时刻注意防范

冬季天气寒冷，气温多变，是过敏性鼻炎、过敏性咳嗽及支气管哮喘的高发季节。山东大学第二医院儿科主任医师王培荣介绍，最近季节变化，温度下降，再加上刮风空天气干燥，风里伴有花粉、粉尘等，导致患上过敏性疾病的儿童增加，能占门诊的近两成。

进入采暖季以来，北京儿童医院也接诊了不少患上“暖气病”的小患者，很多孩子咳嗽拖延了很长时间不好，很可能与过敏有关。北京多家医院儿科也都有类似情况，入冬以来，因过敏性鼻炎、过敏性咳嗽及哮喘、过敏性肠炎前往就医的患儿均明显增加。

室内外温差大、过于清洁、空气污染、过敏原、感染等都易致儿童过敏。

过敏是身体对外界环境变化的一种过度反应。北京儿童医院丁翊君大夫解释，冬季由于室外寒冷，很多家中暖气过热，室内过于干燥，加之开窗通风时间短，粉尘及被褥中螨虫过多，是导致过敏性咳嗽及哮喘的元凶。

济南市中医医院儿科主任医师崔文成表示，体质因素也是过敏的根本原因。随着

生活条件的改善，人们居住环境也越来越清洁，接触病原微生物的机会越来越少，而且现在父母对孩子照顾得都很细心，孩子玩具、书本会定期消毒，一旦孩子感冒发烧会马上带去医院打针吃药，饮食方面也过于精细。其实，这样过分清洁对孩子反而无益。崔文成提醒，孩子的免疫系统没能得到很好的锻炼，就会对外界环境变化有过度反应，形成过敏性体质。

王培荣解释，与过敏性疾病相关的诱发因素较多，包括过敏原性因素：1.室内过敏原如尘螨、真菌、家养宠物、动物毛屑等。2.室外过敏原如花粉、草粉。3.职业性过敏原如油漆、饲料、活性染料。4.食物性抗原如鱼、虾蟹、蛋类、牛奶。5.感染(病毒、细菌、支原体或衣原体等引起的呼吸系统感染)。6.药物如阿司匹林、心得安、抗生素。非过敏原性因素：如大气污染(二氧化硫、氮气等)、天气变化、吸烟、运动、肥胖等。

生活中应避开过敏原和致敏环境，时刻注意做好防范。

过敏性疾病应该早治疗，时刻预防。丁

翊君建议，对引发过敏性疾病的环境危险因素，可采取相应措施以避免：

- 1.注意休息与保暖。在季节交替、气温骤变时，应尽量做好防寒保暖，避免着凉、感冒。患儿应减少活动，增加休息时间，卧床时头胸部稍提高，使呼吸通畅。室内空气新鲜，保持适宜的温湿度，避免对流风。要避免情绪过度激动，因为大哭、大笑都可以使咳嗽加重。

- 2.注意过敏性咳嗽禁忌饮食。饮食忌寒凉，不能进食香蕉、雪糕、西瓜、雪梨等寒凉之品；避免摄入鱼、虾、蛋类、牛奶等易于过敏的食物；慎服肥腻甜甘之味，如肥肉、甜饮料、甜食等；避免食用虾蟹海鲜等会引起过敏症状的食物。

- 3.保持室内通风和清洁。可使用空气净化器，并定期更换滤网；勤换枕套衣被，清除尘螨及其代谢产物，并置于太阳下长时间晾晒；每周用热水洗涤床单和毛毯，并在太阳下晒干；不要抱着长绒毛玩具入睡；卧室不用地毯和动物皮毛制品；尽量不喂养宠物，不种花草。

- 4.在花粉高峰期，应尽量减少外出，并关好室内门窗。若无法避免，可预先给予花粉阻断剂涂抹鼻腔或戴口罩。

- 5.易感体质患儿在服药时，应仔细阅读说明书，避免因药物不良反应所引起的哮喘。就诊时家长应向医生说明孩子自身情况，使医生开处方能引起注意；自行购买药物服用可咨询药师，搞清楚药物是否会对哮喘等过敏性疾病患者引起不良后果。

- 6.远离空气污染之处。室内经常开窗，保持空气清新；不接触吸烟者，拒绝二手烟。

- 7.过敏性咳嗽可饮食调理。可作为饮食的药材与食物有杏仁、生姜、罗汉果、百合、白果、川贝母、枇杷果、核桃、青皮、陈皮、人参、茯苓、山药、莲子等。

- 8.坚持力所能及的体育运动。适当运动可增强体质，提高免疫力，但不能过于剧烈。

(据新华网)



## 市卫生计生监督局 开展“三亮三评三提升”科室评议活动

本报讯 为深入推进“三亮三评三提升”工作，切实改进工作作风，提升服务效能，根据中共周口市委办公室《关于在全市开展“三亮三评三提升”工作的实施意见》，近日，市卫生计生监督局在三楼

会议室对局属 25 个科室进行了第二次民主评议。该局领导班子和全体科长及服务对象参加了评议，市“三亮三评三提升”第四督导组领导全程督导。

(孟景绍)

(23.9%)，成功实施 RT—PA 静脉溶栓 272(67.33%)，桥接动脉溶栓 17 例。另有动脉取栓 68 例，CEA14 例，CAS12 例。目前，该院脑卒中心静脉溶栓及动脉取栓工作在我省属于先进行列。

此次荣获国家高级脑卒中中心，标志着该院脑卒中心再迈新台阶，跨入全国先进行列，为今后该院开展多学科合作打下了良好基础，也为其他科室起到了一定的模范带头作用，为该院打造重点学科营造了积极氛围！



日前，商水县中医院深入到该县南陵行政村，为村民免费义诊，并免费赠送价值 10000 多元的药品。此次义诊，医生不仅为前来的村民服务，还为村里行动不便和瘫痪在床的村民提供上门服务。整个义诊活动赢得了村民的一致好评。

记者 史书杰 摄

## ■一周 120 报告

数据来源：市卫计委 120 急救指挥中心  
采集时间：2016 年 12 月 15~21 日

| 出诊原因     | 人次 |
|----------|----|
| 其他内科系统疾病 | 70 |
| 交通事故外伤   | 61 |
| 其他类别外伤   | 54 |
| 心血管系统疾病  | 26 |
| 酒精中毒     | 22 |
| 呼吸系统疾病   | 9  |
| 脑血管系统疾病  | 8  |
| 其他       | 5  |
| 妇、产科     | 3  |
| 其他外科系统疾病 | 2  |
| 儿科       | 2  |
| 其他五官科疾病  | 1  |
| 药物中毒     | 1  |

一周提示：本周 120 急救共接诊 264 人次。冬季天气寒冷，许多人习惯穿一些高领毛衣、高领衫、高领棉袄等以此来保暖。但衣领过高、过硬、过紧会引发一种新的时装病——“高领晕厥症”，他们在转头速度过快时，会突然发生头昏、眼花、心动过速、恶心等症状。

医生提醒，第一，冬天衣领不宜过高、过紧，项链等颈部饰物的佩戴要适可而止。第二，患有高血压和动脉硬化的老人更要注意保护好颈部，不要穿高领、硬领衣服。最后，系围巾不宜过紧，佩戴项链等颈部饰物不可过多、过重，更不宜戴着睡觉。

(晚报记者 张志新 信息提供 耿清华)

## ■一周 病情报告

样本采集地：市中医院  
采集时间：2016 年 12 月 15~21 日

| 科别   | 门诊接诊总量(人次) |
|------|------------|
| 儿科   | 1164       |
| 妇、产科 | 1022       |
| 肝病科  | 972        |
| 脑病科  | 800        |
| 肺病科  | 680        |
| 皮肤科  | 626        |

温馨提示：进入冬季后，不少老人喜欢使用电热毯取暖。中老年人冬季皮肤本身就比较干燥，如果长时间使用电热毯，会使皮肤失水过多而加重干燥，使人的皮肤过敏、瘙痒，或出现大小不等的丘疹，抓破后就会出血。长期用电热毯的老人大多都有这种症状，经常从背部开始瘙痒，而且嗓子干燥，难以入睡。

医生建议，一、老年人使用电热毯时，通电时间不宜过长，一般是睡前通电加热，上床入睡时关掉电源，千万不能通宵使用。二、有过敏反应的人不要用电热毯。三、经常使用电热毯者要多喝水。四、电热毯不要与人体直接接触，在上面铺一层毛毯或被单。

(晚报记者 张志新 信息提供 姚娟)



## 周口市中心医院 获“全国脑卒中防治高级卒中中心(建)” 荣誉称号

□记者 史书杰 通讯员 郭永伟

本报讯 12 月 10 日，在福建省福州市举行的全国脑卒中防治工程总结会上，周口市中心医院获“全国脑卒中防治高级卒中中心(建)”荣誉称号。

据了解，全国有近 200 家医院申报，仅有 12 家医院获此殊荣。

截止今年 11 月份，周口市中心医院脑卒中中心共评估脑卒中 1690 余例，其中发病 3 小时内到院者有 404 人