

# 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、氨气等)、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 airflow。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。可使用空气过滤器,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)

## 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疾——“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床单。

(晚报记者 张志新 信息提供 姚娟)

## 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)

## 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

(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。

此次荣获国家高级卒中中心,标志着该院脑卒中中心再迈新台阶,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

