

近年来,中国过敏性疾病的发病率更不断上升,估计患病人群超过2亿

小麦过敏、花粉过敏、日光过敏……

这个季节有些奇奇怪怪的症状 很可能是这些奇奇怪怪的过敏所致

本报记者 孙燕 曹璐婷 通讯员 江晨 陈岩明 徐思鹏

春暖花开,正是出游赏花的好时节,但对花粉、柳絮、粉尘过敏的市民来说就不太友好了。据世界过敏组织(WAO)的统计,全球有近40%的人曾经或正在被过敏困扰。近年来,中国过敏性疾病的发病率更不断上升,估计患病人群超过2亿。在这个易过敏的时节里,有一些市民在出现症状后,可能浑然不知道自己过敏了或选择忽视,医生提醒,很多人拖到后期,会引发并发症,再治疗会困难很多。

吃完面条后去健身差点要了命

30岁出头的玲玲(化名),爱健身。但最近几次健身完,她经常感到头晕,有时心慌、出汗。

最近一次健身完,玲玲的全身皮肤开始出现多处隆起的斑块,伴有明显的瘙痒感,同时皮肤出现了发红、发烫。刚到急诊的时候,玲玲的血压甚至出现了下降,接诊医生考虑为过敏性休克并迅速给予相应处理,玲玲的血压和皮肤情况才慢慢恢复正常。

活到30多岁,玲玲第一次知道自己原来是过敏体质,还这么严重。她预约了浙江大学医学院附属第一医院变态反应(过敏)科主任高亚东主任医师的门诊,想找到答案。

接诊后,高亚东主任仔细询问了玲玲的生活细节,“这次发病前,有过类似不舒服的情况吗”“这次发病你吃了些什么食物”“这次发病前后有做运动吗”……玲玲回答,“之前有过几次运动后头晕心慌的情况,每次好像都吃过面食。这次健身前几个小时吃了点面条。”

高亚东主任凭着多年临床经验判断,玲玲可能对小麦过敏,也就是“食物依赖运动诱发的严重过敏反应”,后经过血清过敏原检测和皮肤试验明确。这一症状,具体机制可能为运动前食用面食,而运动后体内血液重新分布,肌肉等运动器官血流增加,胃肠道血流相对减少,可能导致未完全消化的过敏原被加快收入血液循环。

“其实不仅是小麦,也有海鲜、坚果、水果等食物导致运动后严重过敏反应的报道。”高主任说,最近他已接诊了两起因食物依赖运动诱发的严重过敏反应。一般是运动前后4小时内食用这类食物,都会诱发。建议这类人群最好不碰过敏食物,若少量食用,也不能立马去运动。一旦出现过敏症状,应及时就医。知晓自己食物过敏的患者,还可去医院配肾上腺素笔,在紧急情况下自我注射。

出游回来,晚上咳嗽成过敏性哮喘

29岁的小慧(化名)踏青回来,就开始咳嗽,到晚间越来越厉害。她买了止咳药服用。但几天下来不见好转,咳的时候喉咙还会发出“呼啦呼啦”的声音,气接不上。

她有点被吓到了,赶紧挂了浙江省中医院呼吸与危重症医学科副主任徐婷贞的号。

“你是不是有过敏性鼻炎?”徐主任问。小慧点点头,表示自己是游玩回来后,感到鼻子不舒服,才开始咳嗽气喘。

在做完检查后,徐主任确定,小慧是过敏性哮喘,需要通过哮喘药物治疗。

“我之前没有哮喘的,难道鼻炎会发展成哮喘?”小慧很不解。徐主任解释,小慧的过敏性鼻炎是可能引发哮喘的。鼻腔和支气管是上下呼吸道的关系,过敏性鼻炎患者容易发生支气管哮喘,所以有过敏性鼻炎的人群不能轻视,应积极治疗,可以使用抗过敏药物,在发展成过敏性哮喘后,应按照哮喘的治疗系统规范化用药,不建议中途自我感觉好了后就停药,平时更应远离过敏原。

这次小慧的过敏原很可能是户外的花草。徐主任说,这段时间,有人对梧桐树上掉下来的壳过敏,特别是本身有过敏性鼻炎的人,对花草更为敏感。这类人群可以适当提前预防性用药,花粉高峰期远离过敏原,出门戴好口罩,回家后及时清洗裸露在外的部位。

70岁阿姨晒晒太阳皮肤都过敏了

最近,前往杭州市第三人民医院皮肤科看皮肤过敏的市民也特别多,占到皮肤科门诊量的10%以上。市三医院皮肤科皮肤治疗室主任朱惠军副主任中医师的诊室,就接待了一位70岁的患者。

“医生,我实在太痒了。”患者刘阿姨(化名)指着自己的脸庞、后颈等处皮肤给朱惠军看。看到阿姨的红斑、脱屑都出现在皮肤暴露处,衣服遮蔽的地方却没有起疹子,朱主任的心里大致有了数,“您最近吃了什么药?有去户外晒晒太阳吗?”

“我有高血压,一直在吃降压药。前几天天气好,我就出门晒晒太阳。”刘阿姨说。

朱主任详细询问了刘阿姨降压药的品种,告诉阿姨,这是光敏性皮炎,“您吃的这种降压药含光敏性成分,当您晒太阳的时候,就会引起光敏反应。”朱主任说,除了降压药,喹诺酮类(*沙星类)、磺胺类、四环素类、非甾体抗炎药等药物是常见的可引起光

敏反应的药物,平时服用这些药物的病人要引起注意。

近期,浙江大学眼科医院、浙大二院眼科中心角膜和眼表科,也迎来了过敏性结膜炎的就诊小高峰。“儿童和成人患者扎堆,主要是眼睛痒得受不了。”角膜和眼表科副主任黄晓丹说。

过敏性结膜炎是结膜对外界过敏原的一种超敏性免疫反应,包括季节性过敏性结膜炎、常年过敏性结膜炎、春季卡他性结膜炎等。“眼部奇痒,脸结膜充血为粉红色,还伴有分泌物,是典型的过敏性结膜炎表现。”黄晓丹医生介绍,过敏体质的人群接触花粉、柳絮、粉尘、动物皮毛等刺激后就容易发病,让人忍不住地揉眼。

过敏性结膜炎难以断根,黄医生叮嘱患者要做好长期治疗的准备。“儿童通常五六岁发病,处于过敏期内,治疗几年都是蛮普遍的。像春季卡他性结膜炎一旦发作,结膜乳头角膜都会隆起,反复发作不加控制,角膜缘干细胞会失代偿,引发视力损害。”她提醒,揉眼也是圆锥角膜病(一种致盲眼病)的危险因素,家长千万要提高警惕。

“遇到过敏性结膜炎发作,首先避免或减少与可能的过敏原接触,可采取眼部冷敷帮助收缩血管,减轻结膜充血症状并止痒止痛,滴用人工泪液稀释结膜囊内过敏原浓度缓解症状。若情况未有好转,务必前往医院就诊。”黄晓丹医生说,过敏严重人群还可考虑进行脱敏治疗。

其实这类光敏性皮炎是可以预防的。朱主任说,知道自己容易日光过敏,饮食上不要吃光敏性的食物,比如马兰头、荠菜这类野菜;平时做好护肤,保湿、防晒,太阳大的时候可以涂防晒霜、打伞、戴帽子,如果要晒太阳,可以选择清晨傍晚,这样,过敏的几率会大大减少;平时尽量保证充足的睡眠,适当做运动,增强体质。

这个季节,市三医院皮肤科遇到花粉引起的皮肤过敏也比较多,主要是风媒花粉过敏,像柏树、杨树、榆树、梧桐等,朱主任说,对花粉过敏的人群,要做好自我防护,若有不适,应及时就医。

