



本报通讯员 孙卉 本报记者 古瑾

阳春三月,春风拂面,正是出游踏青的好时节,可是对于花粉过敏的人来说,这却像一场劫难——眼睛发痒、眼睑肿胀,疯狂流鼻涕、打喷嚏……

花粉过敏的“元凶”到底是什么?如何区分花粉过敏与感冒?又该如何度过花粉过敏季?日前,江大附院耳鼻喉科专家特意为大家带来花粉症防护指南。

什么是花粉症

花粉症是一种常见的过敏性疾病,又称“季节性过敏性鼻炎”,是特异性体质患者因花粉致敏引起的一系列病理生理过程。

花粉症具有明显的季节性,每年有两个时段是花粉症的高发季,分别为春季和夏秋季。相对来说,春季花粉症症状较轻,出现哮喘的概率仅约5%。夏秋季持续时间较长,约两个月,症状也更重,约有50%的花粉症患者出现哮喘。

花粉症有哪些症状

鼻子:鼻痒、打喷嚏、流鼻涕、鼻子堵塞、呼吸不畅等。

呼吸道:阵发性咳嗽、胸闷、气短、喘息、有白色黏液、突发性哮喘发作等。

眼睛:眼睛发痒、眼睑肿胀,常伴有水样或脓性黏液分泌物出现。

皮肤:面部等部位皮肤肿胀、瘙痒,严重者伴有疙瘩、疹子,甚至出现渗液等。

哪些人容易花粉过敏

1. 具有家族遗传史的人;
2. 生活在易暴露环境中的人;
3. 免疫力较差的人;
4. “高敏体质”的人。

花粉过敏“元凶”是谁

很多人误以为花粉症就是个体对花过敏,其实不然。江大附院耳鼻喉科主任陆汉强介绍,导致春季花粉过敏的“元凶”往往不是颜色鲜艳的观赏花,而是那些看起来不太

像会开花的树木类、杂草类植物。陆汉强解释,自然界的花粉传播主要分为虫媒和风媒两种形式。

虫媒花粉,通常不会引起过敏,如油菜花、桃花、梨花的花粉,此类靠蝴蝶或蜜蜂等昆虫传播,特点是花朵鲜艳,带有芳香或其他气味,花粉颗粒较大,花粉量不多,不易四处播散。

风媒花粉是主要的过敏原,如柏树、杨树、柳树、桦树、法桐等的花粉,特点是花型小,花粉含量高,质量较轻,可以随风飞到很远的地方。

花粉过敏看什么科

如果不幸花粉症中招,针对不同的症状,可至相应科室进行就诊:

1. 鼻痒、打喷嚏、流鼻涕等鼻炎症状——耳鼻喉科;
2. 结膜炎等眼部症状——眼科;
3. 哮喘等呼吸道症状——呼吸与危重症医学科;
4. 瘙痒等皮肤症状——皮肤科。

此外,确诊花粉症还需要结合以下两点:

1. 向医生详细描述病史,包括季节性反复发作的过敏症状。
2. 过敏原检测。通过体内检测(抽血检查)和体外检测(皮肤试验)结合起来判断花粉过敏原的致敏状态。

易感人群如何防范

1. 尽量避免或减少过敏原接触,减少户外活动,避免到公园、野外等致敏花粉量大的区域活动,尽量待在室内。

2. 外出时做好防护。出门务必佩戴好口罩,还可佩戴防花粉眼镜,避免戴隐形眼镜。尽量不要迎风走路,开车时要关闭车窗。

3. 回家后做好清洁,及时清洗鼻腔、面部、衣物等。花粉症患者可用淡盐水清洗鼻腔,使用抗过敏的滴眼剂控制过敏性结膜炎的眼痒等症状。

4. 有症状及时就医。症状重、持续时间长的患者,应及时去医院进行治疗,明确过敏原,对症下药。

陆汉强提醒,近期甲流高发,应注意区分感冒与花粉症,避免延误治疗。花粉症的首发症状是鼻痒,阵发性地打喷嚏,发作时持续时间长,且有一定的规律性,不伴有头痛发烧、肌肉酸痛;感冒虽表现为流鼻涕、打喷嚏、鼻塞,但不会鼻子痒,且伴有头痛、发热、肌肉疼痛等,一般7-10天可痊愈。

花粉过敏的小伙伴 花粉症防护指南,请收好

牙齿矫正,没有年龄限制 南京口腔正畸专家 入驻江大附院

本报通讯员 孙卉 本报记者 古瑾

一口整齐洁白的牙齿能给颜值加分不少,但不是每个人天生就有一口好牙,这时候就需要做牙齿矫正。随着人们对口腔健康重视度的逐步提升,牙齿矫正早已不局限于儿童、青少年,成人矫正也非常普遍。

为了满足镇江市民口腔正畸需求,自3月31日起,南京口腔正畸专家每周五下午都会到江大附院坐诊,这也是江大附院与南京口腔医院胡勤刚教授团队继颌面外科之后,开展的第二项临床合作项目。

口腔正畸通俗讲就是矫正牙齿,将不整齐的牙齿排列整齐,可以改善人的颜面相貌,让人变得更自信,更美丽。口腔正畸治疗项目涵盖口腔正畸学科多个层面,包括直丝弓技术、自锁托槽矫治技术、无托槽隐形矫治技术、微种植支抗技术等。

那么,哪些人可以进行口腔正畸治疗呢?专家介绍,儿童和成人都可以进行正畸治疗。青少年是主要矫正人群,但这并不是青少年的专利,由于牙齿的移动是任何年龄都存在的生理性骨改建过程,所以矫正牙齿没有年龄限制。成人进行牙齿矫正治疗主要是解决功能和美观问题,同时改善整个口腔健康条件。

一些牙合畸形需要早期治疗(3-5岁),如地包天、咬唇、张口呼吸等不良习惯。大多数固定矫正年龄在11-16岁之间,这一年龄阶段是青少年矫正的黄金时期。

有人会担心,牙齿矫正会不会掉牙?其实大可放心。牙齿矫正的时候,会借由矫正器对牙齿施加力量,在一个循序渐进的过程中,牙齿周围的牙槽骨和牙周膜得到改建,这个力量使牙齿产生松动,慢慢位移到对的位置上。牙齿矫正到正确的位置后便停止移动了,这时,身体会通过自身的修复能力使牙齿基座稳固,不会发生牙齿松动脱落的问题。

牙齿矫正疼不疼?专家表示,牙齿矫正并非像很多人想象的那样可怕,现今矫治技术的发展越来越倾向于轻力矫治,既让顾客感觉不到疼痛或仅有轻微不适,也摆脱了“大舌头”和“发音不清”的困扰。

隐形矫正是非常适合成人矫正的治疗方式。完全隐形的托槽,牙齿悄然变美,不影响社交和工作;佩戴舒适,矫正力量柔和;使用方便,可以随时取下来享受美食和清洁牙齿。

其实,牙齿矫正并不仅仅是为了变美。牙齿的缝隙由于牙齿错位而难以彻底清除菌斑,长期则可导致龋齿的发生。矫正牙齿可以让错乱的牙齿排齐,进而更好地清洁口腔,预防龋病的发生。