

健康·有约

环境中的过敏原越来越复杂多样了，本不过敏的人，也纷纷过敏了。而过敏性鼻炎的症状，与感冒又实在太相像了，如果误诊误治，过敏性鼻炎可能发展成支气管哮喘的，朋友，切记！

有些过敏也会头疼 别当感冒治

本刊 综合

过敏和感冒形成机制不同

许多人踏青回来，会感觉鼻塞、流涕、咳嗽、头疼、打喷嚏。就认为自己“感冒”了，到药房买感冒药来吃，不想病情更重。就医，多数确诊为“花粉过敏症”。

为什么很多人过敏了，却如上一样，以为自己“感冒”了？

原因是，过敏性鼻炎和感冒确有很多相似之处，如，都会打喷嚏、流涕、鼻塞等。但是，形成这些症状的机制，却各不相同。

感冒，是呼吸道病毒，经过对气道上皮细胞的黏附、感染和病毒颗粒的复制过程，导致呼吸道炎症，因而出现鼻塞流涕等症状。

过敏和感冒症状有区别

两者因发病机制不同，症状还是大有区别的。

典型的区别是“痒”。

感冒患者以鼻塞、咽喉干痛为主；而过敏性鼻炎，因过敏性鼻炎介质(如组胺)刺激末梢神经，常有鼻痒症状。症状轻微者，鼻腔内不适、有痒感；重者则鼻痒得难以忍受，还会伴有眼、耳、咽喉、硬腭等多处发痒，常常连着打数个甚至数十个喷嚏，大量清水样鼻涕会自动流出。

“流涕”也有区别。

过敏流清水鼻涕；而感冒，可由清涕转为绿色的脓性鼻涕。原因是，为了对付感冒病毒，嗜中性粒细胞首先跑了出来，它虽然属于白细胞，但却是绿色的。

最大的区别，还在有否“全身症状”。

感冒(特别是流行性感冒)，有明显的畏寒、发高热、四肢无力、肌痛、头痛、咽痛、胃肠道不适等全身症状；而过敏性鼻炎，仅表现为鼻部症状或伴发哮喘或皮肤过敏，不发热也不畏寒。

再则，感冒，流涕和鼻塞等鼻部症状往往是持续性的；而过敏性鼻炎，其发作呈阵发性，一天中可能仅发作一次或数次，清晨更为明显，发作过后，好如常人。

过敏也会头疼吗？

过敏反应，可以累及到全身各个系统，各个器官。除皮炎、鼻炎、哮喘外，还可引起过敏性胃肠炎、过敏性结膜炎、交感性眼炎、渗出性中耳炎和复发性口腔炎等。若发生在全身小血管，则会引起过敏性休克。

物理、化学、精神刺激也致敏

除了花粉等过敏原的直接

刺激外，来自体外的非特异性因素，如物理的、化学的刺激，或来自体内的内分泌和精神方面的刺激，也可加重病情。

冷空气，为何会导致过敏？

原因是，气道粘膜上“潜伏”有肥大细胞。冷空气导致气道热损失，刺激肥大细胞释放炎症介质，导致过敏。

运动，为何也会过敏？

原因是，运动(或大哭大笑)时，过度换气，导致气道热损失，刺激肥大细胞释放炎症介质。

为何两人的过敏时间有先后？

因为，若过敏原浓度高，特异性素质明显，几个月的接触可以致敏；若过敏原浓度低时，致敏期可长达数年甚至数十年。

防过敏须远离过敏原

如果过敏反复发作，最好到医院做过敏原试验，查看是对哪些物质过敏，查到了，远离它。

现在人类生存的环境越来越复杂，很多东西都是人在进化过程中未曾遇见过的，纷纷成了过敏原，如此慢性刺激累加，让本不过敏的，也会过敏了。但是，暗藏杀机的环境让人离不开怎么办？

一是努力提高免疫力；二是，严重的，可采用脱敏疗法。

如果误诊误治，过敏性鼻炎未及时治疗，可造成鼻窦炎、中耳炎、鼻息肉，严重的并发支气管哮喘。

朋友，早期诊断，科学治疗，是防治过敏性疾病的关键！



编辑：吴鹏
组版：褚衍冲