

春季打好过敏战

春天是过敏高发季节,对于爱过敏的人来说,与雾霾的持久战还没打完,又将跟过敏作战。专家指出,打好过敏战,要出好几个大招儿。

药:过敏药要换着吃很多人吃过过敏药认定一种就不换了,北京朝阳医院药事部药师于晓佳指出,过敏药最好换着吃。目前市场上过敏药有很多,临床上抗组胺药就有三代,各种过敏药机理和作用靶点不同。长期只用一种药机体易耐受,时间长了抗过敏效果还不好,并且会导致同种副作用的累积。她建议,当服用既往过敏药疗效不佳时应在医生指导下更换。

另外,很多人会先吃些抗过敏药预防,于晓佳并不建议这么做。因为季节性过敏症状有很多,如过敏性鼻炎、哮喘、皮肤荨麻疹和过敏性结膜炎等。预防用药可能因不对症而无效,而且许多抗过敏药有致瞌睡、口干、便秘,损害肝脏和中枢神经等副作用,容易引起身体损伤。最好是在过敏出现后再对症使用。

治:过敏性鼻炎和哮喘应一起治过敏性鼻炎和哮喘喜欢凑对,很多人哮喘治不好,就是因为没有考虑到过敏性鼻炎。北京朝阳医院耳鼻咽喉科主任王宁宇解释,过敏性鼻炎患者的鼻内炎性分泌物会流入咽部或吸入气道,容易引发哮喘;另一方面,很多鼻炎患者因为鼻塞被迫用口呼吸,



过敏原便长驱直入引发哮喘。很多医院过敏性鼻炎和哮喘分别由耳鼻喉科和呼吸内科治疗,哮喘久治不愈时应考虑去耳鼻喉科排查一下过敏性鼻炎。

防:脱敏治疗先查过敏原对于过敏性疾病来说,出现过敏再治疗只能控制症状,却不能预防复发。要甩掉它就要尝试脱敏治疗,临床上脱敏治疗

最常用于难以避免接触过敏原的呼吸道疾病。

北京协和医院变态反应科副主任医师白纯政介绍,做脱敏治疗前首先要确认疾病是否是过敏性疾病,如鼻炎可能是慢性的也有可能是过敏性的,因此脱敏治疗前,必须确认过敏原类型。

脱敏治疗时间通常长达3年,费用较高且不能报销,如

应对螨虫过敏,用进口药物,每年的花费上万元,使用国产药的话也需要一两千元。有些脱敏治疗必须反复注射或服药。所以,在脱敏治疗前还要综合评估,考虑过敏原类型、过敏反应的严重程度、出现的症状,是否能通过其它方式避免接触等因素,最终确定治疗方案。

据《健康时报》

声音

治理空气,首先要把心态治理好。最怕的是我们都希望别人改变,自己却没有行动。十年后如果没有解决雾霾,那就是我们今天每个人的责任了。

——阿里巴巴创始人马云关注空气:治霾先治心态,对未来有信心。

我从不吃燕窝鱼翅、胶原蛋白产品之类,也没时间做美容。睡不好觉,吃不好饭,压力大,少运动时,光泽自然就差。人只有健康了,才会美丽。

——日前,中国农业大学营养与食品安全系副教授范志红在回复网友关于保养皮肤的秘诀时,在微博上说。

不要把医院当做开药的地方,开药不重要,重要的是和医生交流,找到合适诊疗方案,包括饮食起居等行为干预。至于吃不吃药,不是那么重要。

——日前,中国中医科学院西苑医院消化内科医师李博在网上发文让患者重新认识去医院目的。

医院把药房托管给药企,收取托管费,实际上是迫使供应商给药品加价,让老百姓用药更贵!非但解决不了以药养医的问题,反而是变本加厉。

——药企对医院药房托管在国内如火如荼进行,广东省卫生厅副厅长廖新波等诸业内人士在接受《中国经济周刊》采访时表示。

医生借助新媒体的工具,结果是双赢的。患者咨询了看病时没来得及问的问题,医生也减少了重复讲解。这样的服务,值得推而广之。

——广州医科大学附属第三医院借助QQ群、微信群用于患者治疗服务中。广州日报评论说。

舆论给予多点宽容,社会机构有效联动,认清弃婴行为个人罪责与社会救济的界限,或许才能让弃婴岛的尴尬愈来愈少。

——广州首个弃婴岛自启用以来,未足一个月已接收弃婴上百名。南方日报评论说。