

# 过敏性鼻炎为何频频来袭？

此起彼伏的喷嚏、彻夜难眠的鼻塞、怎么都不够用的抽纸……又逢9月，对许多人来说，和秋天一起到来的不只是降温，还有恼人的鼻炎。

互联网买药平台数据显示，立秋以来在线购买过敏性鼻炎相关药品的顾客大幅增加。为何每年入秋鼻炎患者都显著增多？记者对此进行了调查。

## 每逢秋高“气”不爽

生活在辽宁大连的王子晨，今年早早地就“嗅”到了秋天的气息，白天是打不完的喷嚏，晚上是擤不尽的鼻涕，最难受时，喉咙、眼睛跟着一起痒。经医生诊断，他才知道自己患的是过敏性鼻炎。

秋天是过敏性鼻炎的高发期。沈阳市民李女士有10余年的鼻炎病史。每年一过立秋，她就感觉身边“病友”多了起来，地铁里的喷嚏声不绝于耳，办公室里一聊起鼻炎，大家就似乎找到了共同话题，医院看病时专家号也常常一号难求。

在沈阳医学院附属中心医院，秋季过敏性鼻炎患者占耳鼻喉科总患者数近30%。医院提供的数据显示，患者数量从8月初起就开始逐渐增多，一般到10月中下旬开始减少，11月基本就很少了。

在“我们都是过敏性鼻炎”豆瓣小组中，近期发帖量和关注度逐步增加，目前已有1.6万余位病友分享病情和防护方法。常有人在深夜或凌晨发帖：“又被憋醒了”。在美团买药平台上，8月以来，鼻炎线上问诊量月环比增长31%，每天有超过5万人购买过敏性鼻炎药品。

儿童成为秋季鼻炎的“重灾群体”。中国人民解放军北部战区总医院过敏反应科主任柴若楠介绍，今年立秋以来，过敏性鼻炎问诊患者中每天有20名左右是儿童患者，已成为秋季过敏性鼻炎的主要问诊人群之一。

柴若楠说，相较于成人，儿童过敏性鼻炎更容易伴发鼻窦炎、中耳炎、咳嗽甚至哮喘。“鼻炎之害，不容小觑。”



## 隐形过敏原给呼吸带来困扰

为何一“嚏”知秋频频影响人们的生活？专家介绍，秋后早晚温差大，空气干燥，本身就容易诱发鼻炎，加上人们身边的过敏原不断增多，给呼吸带来隐形困扰。

花粉是过敏性鼻炎的过敏原之一。随着全球气候变暖，温室效应加剧，花粉季节在延长，花粉产量也在增加。中国医师协会变态反应医师分会会长尹佳介绍，有研究发现，一株豚草每年可以产生数以亿计的花粉颗粒，会向一些地方大量入侵和扩散。

耳鼻喉专家表示，8月到10月是北方地区的秋季花粉期，过敏体质人群吸入花粉后，常伴有嗅觉丧失、眼痒、流泪等症状，严重的甚至会引发鼻窦炎、中耳炎等疾病。

但即便躲进高楼大厦，人们也难逃过敏原的“追击”。相关研究显示，室内空气中可测得的有害物质并不在少数，如涂料、油漆、墙布等会散发出酚、甲醛、石棉粉尘等，厨房产生的烟气和炒菜油烟中也含有一些污染物。

“在东北，尘螨是诱发

儿童变应性鼻炎最主要的过敏原。”柴若楠说。

近几年来，沈阳医学院附属中心医院耳鼻喉科副主任富公弼明显感觉，在医院接待的病人中，由宠物引起的过敏性鼻炎比例也在增加。“城市中饲养宠物的家庭越来越多，猫、狗的毛发、身上带的尘螨都是过敏性鼻炎的潜在致病因素。”

相比季节性变化、过敏原增多，人们的免疫力却在下降。锦州市中心医院副主任医师孙建华说，人体的免疫系统是一个逐步发育并受到训练的过程。在城市化的发展中，人们与自然环境的接触减少，也减少了与潜在过敏原接触的机会。

“在身体发育过程中免疫系统没有得到足够的锻炼，患过敏性鼻炎的概率自然也随之增高。”孙建华说。

## 治疗还需对症下药

过敏性鼻炎反反复复，很难根治。医生提醒，如果有相关症状，一定要到正规医院检查确认病症后，再对症下药。

柴若楠说，如果能确认自己的过敏原，应尽量减少与过敏原的接触。例如，有花粉过敏史的人群，外出时应佩戴好口罩和防护眼镜，防止花粉进入眼睛及鼻腔。外出回家后可以用生理盐水清洗鼻腔、清洁手部和脸部，并更换沾染花粉的衣物，去除身上可能携带的花粉及其他过敏物质。

药物依然是抑制鼻炎的主要手段。孙建华说，确诊过敏性鼻炎后，需要在医生的指导下用药治疗，不可以擅自盲目用药。目前的治疗药物有糖皮质激素、抗组胺药物等。

富公弼建议，如果是季节性过敏性鼻炎患者，最好记住自己发病的日期，在医生指导下提前两周预防性地吃抗组胺药物，这样会缓解发病周期的症状，症状重、持续久的患者应及时去医院进行脱敏治疗。

除了药物干预，保持室内空气清新也很重要。环保专家提醒，应该多使用负离子发生器净化空气，经常开窗通风，保持空气清新流动；此外有相关过敏原的患者，应避免接触毛皮、地毯、羽绒制品，尽量用吸尘器清洁环境。

做好科学绿化，对鼻炎预防也不可或缺。辽宁大学环境学院教授付保荣说，城市绿化既要考虑生态效应，也要考虑尽量避免引进不适宜当地气候条件，或可能增加环境中过敏原的树种，“在城市绿化管理中，也应该合理配置，减少致敏树种的比例。”

新华社沈阳9月8日电



这是9月7日拍摄的哈尔滨冰雪大世界摩天轮(无人机照片)。

近日，哈尔滨冰雪大世界摩天轮的雪花造型部件完成安装。作为哈尔滨冰雪大世界四季冰雪项目的重要景观工程，摩天轮高120米，辐条和转轮外圈上将安装可控LED点光源彩灯，配置48个空调轿厢，每个轿厢可容纳10人乘坐。当摩天轮升到最高处时，游客可观看到哈尔滨冰雪大世界园区，以及松花江哈尔滨段南北两岸的风光。 新华社 发

## 第25届全国推普周开幕：

# 我国普通话普及率超过80%

新华社昆明9月8日电(记者赵彩琳)以“推广普通话，喜迎二十大”为主题的第25届全国推广普通话宣传周开幕式8日在云南省怒江傈僳族自治州泸水市举行。记者在开幕式上了解到，截至2020年，全国普通话普及率达80.72%，我国将按照“聚焦重点、全面普及、巩固提高”的新时代推普方针，实现到2025年全国范围内普通话普及率达到85%的目标。

开幕式上，教育部党组书记、部长、全国推普周领导小组组长怀进鹏在视频致辞中表示，要肩负起新时代的光荣使命，用好推普宣传周平台，积极探索数字化赋能新思路新举措，着力提升国家通用语言文字普及程度和质量，服务教育强国、文化强国建设。

“1998年国务院批准设立全国推广普通话宣传周，25年来，推普周

在宣传引导社会语言文字规范使用，提高人民群众语言文化素养和提升国家文化软实力等方面发挥了积极作用，已成为国家语言文字工作高质量发展的重要平台。”怀进鹏说。

推普周期间，推普周领导小组各成员单位和全国各地、各行业系统，国家语言文字推广基地等也将围绕本届推普周主题，开展推普“智能+”展示、典型案例宣传展示、普通话测试员专业化队伍推普志愿服务、系列新媒体“云上活动”等，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

开幕式前后，全国推普周领导小组深入怒江农村、学校、社区等地调研，了解推普助力乡村振兴、国家通用语言文字教育教学、易地扶贫搬迁安置社区青壮年劳动力和基层干部学习使用国家通用语言文字等情况。