



巴州疾控中心 (卫生监督所)

预防疾病 保障健康 服务人民



联办



全国爱鼻日：

科学护鼻，顺利通过春季过敏关

□新华社记者 李恒 顾天成

每年4月的第二个星期六是全国爱鼻日。春季到来，过敏性鼻炎患者也迎来了最难熬的季节。鼻塞、鼻痒、喷嚏不断……这些症状不仅影响患者生活质量，还可能诱发哮喘等更严重的疾病。如何科学护鼻，顺利通过春季过敏关？记者走访医院，采访专家，揭秘过敏性鼻炎的防治之道。

这些认知误区你中招了吗？

家住北京的张女士，过去3年，每到春季，她和7岁的儿子小宇便出现鼻塞、流涕等症状。起初她以为是普通感冒，吃了感冒药也不管用。小宇因长期鼻塞出现睡眠障碍、“腺样体面容”，最近张女士带他到医院就诊，经检测，母子俩均被确诊为蒿草花粉过敏性鼻炎。

像张女士及其儿子这样的患者不在少数。据最新流行病学调查，我国成人过敏性鼻炎患病率达19%，儿童达22%，且呈逐年上升趋势，但公众认知仍存误区。

北京大学第一医院耳鼻喉-头颈外科主任刘俊秀说，过敏性鼻炎与感冒的症状有重叠之处，主要表现为流清水样鼻涕，阵发性喷嚏，鼻塞。许多过敏性鼻炎患者会误以为自己感冒，出现诊断混淆、不规范治



注意避开过敏原

新华社发(程硕作)

疗等问题，易导致病程迁延甚至诱发哮喘等并发症。

如何区分过敏性鼻炎与感冒？刘俊秀介绍，感冒病程短，一般5至7天可自愈，伴全身症状，如发热、乏力等；过敏性鼻炎病程长，一般持续数周至数月，无发热，接触过敏原后病情加重。过敏性鼻炎喷嚏多、鼻涕如“水龙头”，伴眼耳鼻喉部瘙痒；感冒喷嚏少，鼻涕后期黏稠，以鼻塞为主。此外，过敏性鼻炎有季节规律，春季花粉过敏尤为常见。

一些过敏性鼻炎患者有

“滥用抗生素或拒绝鼻喷激素”的行为，专家提示，有些患者一流鼻涕就吃抗生素，但抗生素对病毒性感冒和过敏性鼻炎均无效。此外，部分患者对鼻喷激素心存恐惧，但在医生指导下规范使用，鼻喷激素是安全有效的治疗手段。

避开过敏原，规范治疗是关键

在过敏性鼻炎的防治中，避开过敏原首要任务。春秋两季是花粉过敏的高发期，尤其是蒿草、杨树、柳树等植物的

花粉。首都医科大学附属北京同仁医院院长、主任医师张罗建议，在花粉浓度较高的时段，患者应尽量减少外出，如早晨和傍晚。外出时，建议佩戴口罩和护目镜，减少花粉接触。

对于已经确诊的过敏性鼻炎患者，规范治疗至关重要。张罗表示，过敏性鼻炎的治疗主要包括药物治疗和免疫治疗。药物治疗包括抗组胺药、鼻喷激素等，可以有效缓解症状。免疫治疗，即脱敏治疗，是针对过敏原进行的特异性治疗。

张罗说，通过逐渐增加过敏原的暴露量，可以使机体免疫系统逐渐适应并降低对过敏原的敏感性，从而减轻或消除过敏症状。

然而，部分患者还面临着常规治疗方案疗效不佳的问题。我国科学家持续开展高质量研究，近期取得突破性进展。

今年4月，张罗团队在国际医学期刊《自然·医学》发布研究成果显示，一种国产新型生物制剂司普奇拜单抗能有效改善中重度季节性过敏性鼻炎患者鼻部和眼部症状。这一“中国方案”有望为过敏性鼻炎治疗提供新选择。

长期管理，预防比治疗更重要

过敏性鼻炎若不规范控制，可能引发鼻窦炎、中耳

炎，甚至哮喘。如何做好长期管理？

38岁的辽宁省沈阳市居民罗先生，自幼年起便患有过敏性鼻炎，他总结出一套适合自己的护鼻方法：在花粉季节前，提前使用抗过敏药物；每天坚持用生理盐水冲洗鼻腔，保持鼻腔清洁；过敏期按时用药。

“过敏性鼻炎要坚持预防为主，尤其在花粉季节，提前干预比症状发作后再控制更有效。”北京大学第一医院耳鼻咽喉-头颈外科主任医师王全桂说，患者应建立健康档案，记录自己的过敏史、症状变化等，以便医生更好地了解病情。同时，要定期进行过敏原检测，采取相应预防措施。

此外，患者要尽量避免接触二手烟、粉尘等有害物质，适当进行体育锻炼，增强免疫力。饮食上，避免食用易引发过敏的食物，如海鲜等。还要学会自我管理，掌握一些基本护鼻技巧，如在花粉季节，使用花粉阻隔剂，减少花粉接触；在尘螨较多的季节，使用除螨仪，减少尘螨滋生。

“患者要积极参与到过敏性鼻炎的长期管理中来。”王全桂说，定期复诊，保持良好心态，避免因病情反复而产生焦虑和抑郁情绪。

(新华社北京4月12日电)

世界帕金森病日：

科技照亮治疗之路

□新华社记者 徐鹏航 李恒 袁全

手抖、动作缓慢、“扑克脸”……当前，我国有约300万人受帕金森病困扰。在4月11日世界帕金森病日之际，记者采访权威专家，盘点科技发展带来的治疗新曙光。

新靶点

什么是帕金森病？北京大学第一医院神经内科主任王朝霞介绍，帕金森病(PD)是一种常见的神经系统变性疾病，平均发病年龄60岁左右，不仅影响患者的运动能力，还会带来认知障碍、情绪问题等，严重影响生活质量。

据了解，目前帕金森病的治疗方法主要包括药物和手术，但只能暂时缓解病症，无法实现病情逆转，不能从根本

上治愈。

近日，复旦大学附属华山医院郁金泰团队发现帕金森病全新治疗靶点FAM171A2，并筛选出候选药物，有望在疾病早期阶段阻断病理进程。《科学》期刊评价称，该研究成果提供了阻断病理传播并延缓疾病进展的潜在治疗新方法，是一项非常有趣、新颖、重要且具有转化意义的研究。

郁金泰教授表示，团队已为研究成果申请国际专利，并计划在接下来的几年内，集中力量开展寻找治疗帕金森病的小分子药物、抗体以及基因治疗手段的临床前研发工作，进一步将相关成果推向临床试验和临床应用。

新疗法

北京协和医院神经科主任医师王含介绍，研究发现，帕金

森病的病变破坏了黑质纹状体多巴胺能神经元，且影响了神经细胞的正常分化，因此干细胞的治疗研究成为热点。目前全球正在进行多项利用外源性或内源性神经干细胞治疗帕金森病的临床试验。

北京协和医院神经外科主任王任直、包新杰和神经科万新华团队联合开展的一项“利用人源神经干细胞治疗帕金森病的I期临床研究”取得突破性进展。与既往通过脑定向移植的途径不同，这是全球首次通过鼻黏膜移植神经干细胞治疗帕金森病，为干细胞治疗帕金森病的可行性提供了新的证据。

“经鼻黏膜途径移植治疗的方式更加便捷，而且无创，可以多次重复移植，可有效提高细胞的存活率和功能性整合效率，从而实现神经网络的有效

修复与功能恢复。”研究团队表示，下一步将进行更大规模、更长期的随机对照II期临床试验来进一步验证其效果。

此外，随着技术进步，被称为“脑起搏器”的脑深部电刺激疗法也有了新进展。王朝霞介绍，北京大学第一医院采用远程程控技术，能够远程为患者测试机器、调整刺激参数，从而让患者“足不出户”达到最优治疗效果。

新希望

通过可穿戴设备实时监测震颤、步态异常、运动迟缓等核心症状，运用AI算法分析数据，辅助早期诊断；通过AI实时分析患者脑电信号和运动数据，动态调整电刺激参数，改善运动症状波动……近年来，随着人工智能技术的发展，多方正在探索将人工智能应用于帕

金森病管理。

“帕金森病是一种慢性进展性疾病，其治疗原则和宗旨是致力于长久提高患者的生活质量。”王含说，人工智能的加入，能够助力以人为中心的帕金森病慢病全程管理，目前已有部分新技术有望走入临床。

《中国帕金森病治疗指南(第四版)》专门纳入了“人工智能及移动技术”板块，介绍远程医疗、可穿戴设备、智能手机应用、虚拟现实技术等，在帕金森病中具有的应用前景，并提出在临床应用中应当定期评估人工智能及移动技术在患者管理方面的有效性及可及性存在的问题。

期待更多的关爱，让“帕友”感受到更多理解与希望；也期待更多的科技进步，让帕金森病的治疗、管理不是难题。

(新华社北京4月11日电)