

疾病防治

冬季警惕 过敏性结膜炎 有症状须尽快就医治疗

晚报讯 随着冷空气强势来袭,通城气温一降再降,许多市民朋友选择在办公室、家中使用取暖器取暖。身上是暖和了,眼睛却不太舒服。连日来,南通市老年康复医院收治了部分这样的患者,原来这些都是过敏性结膜炎引起的。

“医生,我的眼睛最近突然特别痒,早上起来眼睛还有黏液状的分泌物。”近日,李女士眼睛出现奇痒、易红肿、总流泪等症状,鼻子也经常打喷嚏、流鼻涕,无奈之下她只能前往市老年康复医院就诊。市老年康复医院眼科副主任郭华仔细询问病史,得知李女士曾有过敏性鼻炎、慢性荨麻疹等病史,这几日她几乎全天开着取暖器。通过裂隙灯检查,结合李女士的眼部症状,郭华判断她是得了过敏性结膜炎。

“冬季许多人都会用取暖设备,经过一个夏天和秋天堆积起来的尘埃及存活下来的霉菌孢子,在供暖设备开启的时候会入侵人体,激活过敏参与细胞,诱发过敏症。同时,冬季冷空气中如果含有较多灰尘,也会刺激到人眼产生过敏反应。”郭华表示,“鼻黏膜和眼结膜都是体表组织,过敏原激发了过敏性结膜炎的同时也可能引发过敏性鼻炎。所以,李女士不仅眼睛不舒服,鼻子也有症状。”

因李女士眼部红肿还伴有分泌物,症状较为严重,郭华建议她每天使用四次妥布霉素地塞米松滴眼液,还特别强调当炎症控制住之后,每天的用药次数可从四次逐步减少至一次,直至痊愈。一周之后,李女士的过敏性结膜炎完全治愈,恢复了正常生活。

据了解,过敏性结膜炎又称为变态反应性结膜炎,是结膜对外界过敏原(变应原)产生的一种超敏反应。主要表现为接触致敏物质后,眼睛出现眼红、眼痒等一系列不适症状。

郭华表示,过敏性结膜炎包括季节性过敏性结膜炎、常年性过敏性结膜炎、春季角结膜炎、巨乳头性结膜炎及特应性角结膜炎,其中常年性过敏性结膜炎和季节性过敏性结膜炎占有过敏性结膜炎患者的74%。郭华建议,轻度的季节性过敏性结膜炎可用非甾体类抗生素滴眼液来抗炎止痛,减少结膜充血和瘙痒,或使用抗组胺类滴眼液,具有较好的疗效;严重过敏性结膜炎和急性期的患者可使用糖皮质激素类眼药水,但使用时间不宜过长,且一定要请医生适时评估病情,根据病情调整药物剂量。

记者李波
通讯员蔡思羽 凌燕

5岁以下儿童 要注意这个病毒

感染后严重可发展为呼吸衰竭



晚报讯 进入冬季,儿童呼吸道感染频发,除了流感病毒、腺病毒外,呼吸道合胞病毒也非常“猖狂”。市妇幼保健院提醒:呼吸道合胞病毒是引起5岁以下儿童急性下呼吸道感染最重要的病毒病原,是造成婴幼儿病毒性呼吸道感染住院的首要因素,家长要格外当心。

呼吸道合胞病毒是一种常见的、具有高度传染性的呼吸道病毒,属于RNA病毒。由于受病毒感染的细胞会融合在一起,形成“合胞体”,因此,被形象地赋予了呼吸道“合胞”病毒的名称。

市妇幼保健院儿科专家介绍,呼吸道合胞病毒感染后潜伏期通常为2~8天;典型症状为发热、咳嗽、鼻塞、流涕;婴幼儿易出现喘息、呼吸急促和呼吸困难等,严重者可发展为呼吸衰竭;大多数患者症状会在1~2周内自行消失。

感染后会有哪些检查指标的异常?专家表示,血常规常提示白细胞计数和中性粒细胞比例正常,而淋巴细胞比例明显升高,C反应蛋白在正常范围;影像学检查无特异性,可表现为双肺纹理增多、小斑片状阴影、肺气肿;此

外还可以采用抗原检测、核酸检测、病毒分离、抗体检测等病原学检查。

市妇幼保健院儿科提醒:呼吸道合胞病毒感染没有特效药物,主要是采取对症治疗。急性期应动态观察及评估病情变化,当血氧饱和度持续低于90%~92%时,给予氧疗。当存在鼻塞、分泌物阻塞气道并引起呼吸困难或喂养困难时,给予生理盐水滴鼻或口服腔吸痰缓解鼻塞症状,保持呼吸道通畅。

防止呼吸道合胞病毒感染,重在预防。专家强调,该病毒主要通过鼻咽黏膜或眼黏膜接触含病毒的分泌物或污染物传播。直接接触是最常见的传播途径,但飞沫和气溶胶也可引起传播。因此,洗手和接触防护是预防传播的重要措施。

建议在流行季节,家长尽量避免带孩子去人群聚集场所;外出时规范佩戴口罩,打喷嚏时注意遮挡;注意手卫生,不乱摸,勤洗手;在医疗机构就诊要做好个人防护,防止院内交叉感染。目前,尚无针对呼吸道合胞病毒的疫苗。 通讯员陈萍 记者冯启榕

咳嗽、鼻塞、腹泻通通“滚蛋” 居家护理推荐滚蛋疗法

晚报讯 近期,好多孩子得了流感或支原体肺炎,出现了发热、咳嗽、鼻塞、流涕、腹痛、腹泻等症状,让家长们十分担心。对此,市中医院儿科专家推荐了一个简单易行的居家护理小妙招——滚蛋疗法。

滚蛋疗法,顾名思义,是指用鸡蛋在人体特定的穴位或经络上进行点、按、推、熨的手法,以达到扶正祛邪的功效。滚蛋疗法可以调理风寒、风湿、寒湿、湿热等各种病症。其中热滚法适合于风寒湿症,如风寒感冒、小儿发热、腹痛、腹泻等。

如何使用滚蛋疗法?具体操作方法如下:将鸡蛋煮熟,滚烫的鸡蛋剥去外壳后,再用毛巾或者纱布包裹住。小儿感冒出现鼻塞、流涕、咳嗽等症状,用鸡蛋在大椎穴、印堂穴来回滚动;如果头痛不适,可以在风池和风府两个穴位

滚动,每个穴位一般3到5分钟即可。若孩子不配合,那就用鸡蛋滚后背的督脉和膀胱经,当作玩游戏一样滚一滚,发点汗,孩子就舒服了。如果出现鼻塞严重、频繁打喷嚏,可以用鸡蛋在前额、印堂、迎香穴以及膀胱经等处来回滚动,如果伴有腹痛、腹泻,则用鸡蛋在肚脐周围的腹部来回滚动,大概10到15分钟即可。

市中医院儿科提醒:鸡蛋单独使用,不可共用,用后丢弃,不可食用;热滚时,两个鸡蛋交替使用,直至皮肤红润,微微汗出为度;注意鸡蛋的温度,防止烫伤,力度均匀适中,避免压碎鸡蛋;注意保暖,不能吹风,一般4小时后方可洗澡;一般每日一到两次,连续3天即可。如果小儿症状加重,建议家长带孩子及时线下就医。

通讯员仲轩 记者李波

康复课堂

耳朵痒能 想掏就掏吗 应就医避免越掏越痒

晚报讯 耳朵总是痒痒的?那就愉快地掏一掏吧!但是耳朵真的可以随便掏吗?答案是否定的。最近,市中医院耳鼻喉科住院中医师王健就接诊了几例耳道瘙痒患者。他提醒:频繁掏耳容易损伤耳道皮肤及皮下组织,甚至陷入掏了更痒、痒了再掏的恶性循环。

王健介绍,耳道瘙痒最常见的原因有以下4种:真菌性外耳道炎,通常是由于外耳道进水或者不洁掏耳史所引起的,尤其在高温潮湿的环境下更容易发生;外耳道湿疹,除瘙痒外,皮肤可出现弥漫性潮红、丘疹、小水泡、渗液、结痂、脱屑等现象,水疱破裂后,会发现耳道内有黄色液体流出;外耳道异物,比如,洗头或剪发后有碎发掉进耳道内了,在取出异物后,症状便会消失;还有人出现了过敏反应,也会导致耳朵痒。

“频繁掏耳容易损伤耳道皮肤及皮下组织,甚至损伤到耵聍腺,造成分泌减少,使耳道皮肤变得十分干燥,从而导致耳道瘙痒,于是陷入掏了更痒、痒了再掏的恶性循环。”王健还提醒,不干净的掏耳工具比较容易滋生细菌和真菌,造成耳道感染。比如,金属的挖耳勺容易使耳道皮肤破损、出血,甚至出现鼓膜穿孔;棉签掏耳会出现棉签头掉落耳道、造成耳道异物的情况发生。此外,有时候,掏耳朵反而把耳屎往里推了,时间长了便出现耳道堵塞,可引起听力下降、耳闷耳胀等症状。

市中医院耳鼻喉科建议:家中养宠物的朋友们,定期为宠物做好驱虫和防疫工作,做好家庭卫生,谨防寄生虫感染或者进入耳道等情况。耳道如有不适,应及时前往正规医院的耳鼻喉科寻求专业医生的帮助。

通讯员仲轩 记者冯启榕

