

花粉过敏季即将来临

提前预防比治疗更有效

近日,国家卫健委召开新闻发布会,介绍“时令节气与健康”有关情况。相关专家介绍,春天是过敏性疾病的高发季,很多人会打喷嚏、流鼻涕、眼睛痒。专家表示,对于明确的花粉过敏患者,提前预防比出现症状后再治疗更为有效。

主要致敏植物为松科、柏科

近期,梅花、樱花、海棠等春花竞相开放,为大家奉献了美好的春色,但同时,柏科植物及油菜花也即将达到盛花期,柏科的侧柏属的侧柏、刺柏属的圆柏、落羽杉属的落羽杉、池杉、柳杉属的柳杉及油菜花为主要致敏植物。这些植物在公园、小区和郊野广泛分布,尤其是松科、柏科植物,花粉释放量较大,容易引发过敏反应。随着未来气温的回升,松科、柏科、石楠、油菜花等致敏植物的花序将持续盛开,花粉浓度会维持高水平。上述植物除油菜花、石楠花外,花序不易被识别,花粉过敏患者一定要注意避开公园里及周边栽植的松科、柏科植物!

提前预防比治疗更有效

北京大学人民医院主任医师马艳良表示,预防花粉过敏应从以下三个方面着手:

1 提前2至4周使用预防性药物

过敏性鼻炎患者可在花粉季节前2至4周开始使用鼻喷激素类药物,如布地奈德、氟替卡松等。这类药物虽然剂量较小,但起效需要一定时间,提前使用不仅可以减少症状发生,还能降低症状严重程度。对于过敏性结膜炎患者,可提前使用抗过敏滴眼液,如依美斯汀滴眼液;过敏性哮喘患者则可以使用含吸入糖皮质激素的药物。药物使用一般持续至花粉季节结束,具体停用或减量需要根据症状调整。

2 减少花粉接触

在花粉季节,过敏人群应密切关注气象部门发布的花粉浓度监测信息,尽量避免前往花粉浓度比较高的区域。居家时建议关闭门窗,可以使用比较高效的空气过滤器,以降低室内花粉浓度。

度。外出时,除戴口罩外,建议佩戴有硅胶保护套的防过敏眼镜,减少花粉对眼睛黏膜的刺激。外出回家后,应及时更换衣物并清洗鼻腔,清除残留花粉。

3 备好急救药物并及时就医

哮喘患者应随身携带急救药物,如含有沙丁胺醇或者福莫特罗的吸入药,以防花粉季节出现严重发作。一旦出现过敏症状,应及时就医。

多知道点

如何查询花粉浓度

记者搜索发现,中国天气网微信小程序内有所在城市的 pollen 浓度监测。打开“中国天气网”微信小程序,下滑至“生活提示”那一栏,即可看到花粉指数,进行查询。
综合央视新闻、四川观察

从“魔丸”到“灵珠”

新生儿筛查助你“我命由我不由天”

最近,《哪吒之魔童闹海》刷爆朋友圈,相信很多宝妈们都有观看。哪吒从魔童降世到成为顶天立地的小英雄,我们都在为他的成长感到开心,也为太乙真人与哪吒的亦师亦友关系所感动,更为李靖和殷夫人的父爱母爱所动容。

现实世界中,每个新生儿都面临着类似的“魔丸”考验——超过8000种单基因遗传病可能潜伏在新生儿看似健康的躯体里。现代医学的“太乙真人”们,通过新生儿筛查技术,帮助宝贝们“规避风险”,帮助无数家庭改写命运剧本。

小剧场

李靖夫妇一脸疑惑:“我家娃吃得好好睡得香,为啥要做基因筛查?”

太乙真人捋须一笑:“当年若没乾坤圈,哪吒能等到山河社稷图里的修炼机会吗?”

其实,新生儿筛查的医生们也有类似的照妖镜和乾坤圈,来发现和压制“魔丸”的戾气。“新生儿生化筛查+基

遗传代谢病患者



不筛查, 不治疗



早筛查, 早治疗

因筛查”就是医生们的照妖镜,他们借助这一利器能发现超过200种遗传与代谢病,并且在症状发生前就给遗传与代谢病带上“乾坤圈”(也就是进行科学的治疗,控制病情),将疾病的“魔性”控制在觉醒临界点之前。

在哪吒降生之初,“魔丸”的戾气尚未完全觉醒,这与新生儿遗传代谢病的潜伏期惊人相似。苯丙酮尿症患者出生时与常人无异,但若未及时干预,3-6个月后会智力损伤;先天性甲状腺功能减退症在出生时也毫无征兆,却会在6个月内导致不可逆的发育迟滞。

为了护航小哪吒们健康成长,重庆市妇幼保健院新生儿筛查中心建立了一个专门为新生儿和儿童提供的“遗传与代谢病筛查-诊断-治疗-随访-救助-遗传咨询”一体化服务平台,这个平台集成了从筛查到治疗、再到长期随访和遗传咨询的一整套服务。具体来说,这个平台包含了以下几个重要环节:

- 1 筛查:**通过生化筛查和基因筛查,尽早发现潜在的遗传代谢病。
- 2 诊断:**对筛查出的可疑病例进行进一步检查,明确诊断。
- 3 治疗:**根据不同的疾病类型,制定个性化的治疗方案,包括饮食治疗、药物治疗、酶替代治疗等。
- 4 随访:**定期对患儿进行随访,监测病情变化,调整治疗方案。
- 5 救助:**为经济困难的患儿家庭提供医疗救助,减轻经济负担。
- 6 遗传咨询:**为患儿家庭提供遗传咨询,帮助他们了解疾病遗传方式、再发风险等,指导他们进行科学的生育计划。



通过这一体化的服务平台,我们能够保障每个孩子发现问题后,得到全面的照顾和支持,这种保护罩就像“乾坤圈”一样强大,帮助我们战胜这些看似可怕的“魔丸”戾气。

2024年,我国新生儿筛查覆盖率达98%,相当于每年给近千万宝宝发放“灵珠认证”。在父母的关爱和“太乙真人”们的治疗下,那些曾被看作“魔丸”的孩子,如今正健康成长:有的成为学霸、有的拿下运动会金牌、还有的立志当医生——长大后,我要做别人的太乙真人!

正如电影里哪吒喊出“我命由我不由天”,新生儿筛查让现代医学有了对抗“天命”的底气。当粉嫩的小脚丫踩下人生第一个血印时,一场关于爱与科学的奇迹,正在悄然发生!
重庆市妇幼保健院供稿