

流鼻涕打喷嚏不一定是感冒

医生提醒：秋季过敏高发，注意区分过敏和感冒

YMG全媒体记者 黄钰峰 通讯员 李成修

近日，一些市民出现鼻塞、鼻痒、流鼻涕、打喷嚏等症状，有的认为是“感冒”，其实可能是过敏的信号。

过度洁净增加过敏风险

“孩子从小就反复湿疹，通过点刺检查过敏原，发现是对鸡蛋过敏。最近1个月孩子每天早晨打喷嚏、揉鼻子。”近日，在烟台毓璜顶医院变态反应科门诊，张女士抱着3岁的儿子向主任医师孙月眉描述病情。

张女士是过敏体质，小时候曾患哮喘。因担心孩子过敏，她在平时生活中特别注意，连餐具、床上用品都经常进行消毒。

孙月眉认为，张女士的儿子系过敏，除了与遗传因素、体质有关，也与生活习惯

有一定关系。张女士特别注意孩子的卫生，经常对孩子的生活用品进行消毒。其实过度洁净会让孩子免疫功能失衡，增加过敏的危险。近年来，患有过敏性疾病的人越来越多，病因错综复杂。目前世界公认的容易引起过



敏性疾病的诱发因素包括抗生素的过度使用以及生活过度洁净。

姜黄素抑制胃酸过多 功效或接近胃药

泰国一项研究显示，姜黄中所含的姜黄素在治疗消化不良、抑制胃酸过多方面的疗效可能与胃药奥美拉唑接近。

泰国朱拉隆功大学等机构的研究人员在《英国医学杂志·循证医学》上发表报告说，姜黄中含有的姜黄素是一种天然化合物，这种物质具有较好的抗炎作用，且姜黄在东南亚等地长久以来已被用作缓解消化不良症状。奥美拉唑是一种主要用于治疗胃酸分泌过多引起的消化系统疾病的质子泵抑制剂，是目前广泛应用的胃药，但已有研究显示长期使用这类药物易引起一些副作用，例如导致微量元素缺乏、骨折风险增加等。

报告说，团队于2019年至2021年，在泰国招募了206名18至70岁并患有功能性消化不良(指无明显原因而反复出现胃部不适症状)的病患参加随机对照试验。试验持续28天，实际完成试验的病患为151人。病患被随机分配到3个治疗组，第一组每天服用一定量的姜黄素胶囊和安慰剂，第二组每天服用一定量的奥美拉唑和安慰剂，第三组每天服用一定量的姜黄素和奥美拉唑。团队根据“消化不良严重程度评估”指标体系，在28天后以及56天后分别对病患进行症状评估。

结果显示，28天后，3组病患的消化不良症状都有较明显缓解，其中第一组和第二组病患的缓解效果比第三组效果好；56天后，3组病患的症状都有进一步缓解且第一、二组的评估结果仍好于第三组。参与试验的病患均没有报告严重副作用，但测试结果显示，部分服用姜黄素且体重较大的病患的肝功能出现了一定程度的衰退。

团队表示，试验结果显示未来或许可以考虑将姜黄素用于临床治疗，但这只是一项小规模试验，也有不少局限性因素，还需要更大规模和长期的试验来确认其相关疗效。

据新华社

出现相关症状应检查过敏原

“每年立秋过后，过敏性鼻炎、过敏性结膜炎的患者数量大幅增加。”孙月眉说，毓璜顶医院变态反应科对反复鼻炎、哮喘的1195例患者做过敏原点刺试验，发现阳性率高达77.99%：尘螨阳性73.82%、霉菌过敏27.89%、猫毛过敏19.35%、狗毛过敏19.42%、秋季杂草花粉过敏17.91%。其

中，75%的患者是2种以上过敏原多重过敏。立秋过后，艾蒿和葎草等夏秋季杂草植物的花粉在空气中广泛传播，过敏患者会出现眼痒、鼻痒、打喷嚏甚至哮喘、憋气等过敏症状。

有的市民认为，季节性过敏忍一忍就过去了。其实这是一种误区。以常见的过敏

性鼻炎为例，会引发鼻窦炎、嗅觉减退、中耳炎甚至发展成哮喘。

孙月眉提醒大家，过敏性疾病是一种可累及全身多个系统的免疫性疾病。若出现过敏症状，应及时到医院就诊，检查过敏原，做好准确的预防措施，以免出现严重的过敏反应。

注意区分感冒和过敏性鼻炎

孙月眉说，哮喘和过敏性鼻炎是比较常见的过敏性疾病，两者关系紧密：三分之一的过敏性鼻炎患者伴有哮喘，三分之二的哮喘患者伴有过敏性鼻炎。

临床中很多患者分不清普通感冒和过敏性鼻炎。如

何区分？孙月眉说，普通感冒除了鼻子不舒服外，还会伴有咽部不适、发烧的症状，病程3-5天症状就会好转；过敏性鼻炎没有发烧、咽痛等症状。过敏性鼻炎应及时、规范治疗，避免发展为哮喘。

秋季如何预防过敏？孙

月眉说，避免接触过敏原是防治过敏的最佳方法，患有过敏性疾病的人群应明确自身对哪些物质过敏，尽量避免接触或暴露于有过敏原的环境。保持室内环境清洁，增强通风。加强锻炼、劳逸结合，防止过度劳累。

气候变化影响全球防治三种疾病

近日，全球防治艾滋病、结核病和疟疾基金会执行总监彼得·桑兹警告，气候变化和武装冲突正在影响全球防治这三种危险传染病的努力。

根据这一基金会18日发布的2023年成果报告，防治艾滋病、结核病和疟疾的国际项目在新冠疫情后已基本恢复运作。只

是，桑兹在一份同步发布的声明中指出，气候变化和武装冲突带来的挑战在增加，如果不采取“非常措施”，全球到2030年消灭这三种疾病的目标可能无法实现。

这份声明说，疫情后全球防治艾滋病、结核病和疟疾的行动更具挑战性，原因在于几重危机互相关联和叠加，其中包括气候

变化。

例如，非洲海拔较高地区如今出现疟疾传播，而原先这些地区气温不高，不适合携带疟原虫的蚊子生存。在全球很多地方，洪水等极端天气事件导致医疗机构被毁，民众流离失所，感染上述疾病的患者猛增，同时接受治疗的患者被迫中断治疗。在苏丹、

阿富汗等国家和地区，因局势不稳，到达急需帮助的社区都非常困难。

桑兹说，防治行动取得一些积极进展。2022年，在基金会投资的国家和地区，670万结核病患者接受治疗，比上一年度增加140万人，治疗人数创纪录。

据新华社

海参要吃就吃海礁藏，一个电话省钱吃天然海参



老渔民常说的一句话是“宁吃一根海礁藏，也不要浅滩海参一箩筐”。很多朋友吃海参吃了一辈子了，都不知道什么是海礁藏海参。

海礁藏海参指为了躲避天敌或者休眠藏在礁石下面的海参。潜水员在海底礁石表面看不到海参，海礁藏海参捕捞量特别少。只有头在礁石下、屁股还没来得及藏进去的，才会被潜水员一把揪出来。能被捞上来的海礁藏海参皆个头肥大。可以说，海礁藏海参是海参最顶级的存在，是海参营养的天花板，有“海

参之王”的美誉。

“药补不如食补，海参肯定是食补的不二选择。”住在海滨小区的吴阿姨常年吃海参，她告诉海礁藏海参厂家工作人员，在进补方面港城市民对于海参的认可度非常高，海参价格在涨涨跌跌中逐渐为大众消费者所接受。

“现在不怕价格高，就怕买不到品质好的海参。”吴阿姨一语道出了很多市民的心声。

为了让老百姓真正吃上天然好海参，现在海礁藏海参厂家举行大型买赠活动：

9年长岛海礁藏海参：2980元1斤。现大型买赠活动：买2斤送1斤，平均1斤1990元；买3斤送2斤，平均1斤1790元。

所有海礁藏海参只有一种规格：30-45头。购买的顾客可根据自己的需求购买大一点儿的或者小一点儿的。所有海礁藏海参每斤都可以泡发12斤以上，每根海礁藏海参都符合国标。达不到要求的包退，请您放心购买。

长岛日晒高刺老淡干海参：2500元1斤，现大型买赠活动买1斤送1斤，平均1斤1250元。传统古法晒制，是烟台老百姓最喜欢的海参之一。

抢购电话：15725353868，免费送货上门，货到后验货付款。