

这种病为何高发难治？

应对过敏性鼻炎调查



另外一项针对乌鲁木齐市学龄前儿童的调查显示，过敏性鼻炎的患病率为17.8%到25.4%，且与年龄的增长成正比。

为何高发难治？

为何过敏性鼻炎患病率越来越高？业内专家认为，随着工业化的发展，过敏性鼻炎的致病因素不断增加。

问卷调查结果表明，在广东省内，广州市区7到12岁儿童自报过敏性鼻炎的患病率为23.2%，明显高于粤北韶关的5.3%。同样，上海地区针对3到7岁儿童的问卷调查显示，城市儿童的季节性过敏性鼻炎患病率也高于郊区儿童。

螨虫、花粉、宠物是过敏性鼻炎最常见的过敏原。阮岩说，对于生活在我国南方地区的

居民，他们主要过敏原是螨虫，这与南方高温、高湿、多雨的气候适合屋尘螨的传播有关。北方居民的过敏原主要是圆柏花粉、蒿属花粉等。

另一方面，人与环境的互动减少，导致人类免疫系统对环境过敏原的反应不同。

中山大学附属第一医院耳鼻喉科主任医师李健说，人体的免疫系统是一个逐步发育并受到训练的过程。“人们从婴幼儿时期跟自然环境接触的机会越来越少，导致我们的呼吸道、消化道等接触微生物的种类下降，免疫系统对某些环境的过敏原的反应和以前不同，过敏性疾病发病率增高。”

不少患者表示，过敏性鼻炎虽经治疗，但还是多次复发。为何过敏性鼻炎难以根治？专家表示，作为一种免疫性疾病，过敏性鼻炎还

有很多致病机理没有搞清楚。

阮岩说，过敏性鼻炎的流行病学与病因学研究日臻丰富，目前已发现许多风险因素易致过敏性鼻炎，包括遗传机制、大气污染、花粉季节、早期抗生素使用、室内过敏原暴露等，但其严重程度与病因的相关性尚未明确。

多管齐下防治

专家表示，虽然过敏性鼻炎不会给患者带来严重的生命健康威胁，但会降低其生活质量。此外，过敏性鼻炎如没有得到控制，有20%至40%的过敏性鼻炎患者可能在人生某个阶段发生哮喘。

鉴于过敏性鼻炎高发和低龄化特征明显的问题，受访专家建议开展流行病学调查，有针对性地预防和治疗。

李健认为，对患者而言，药物是控制过敏性鼻炎症状的首选措施，可缓解症状、延长间歇期、减少反复发作。不过医生也提醒，有医疗机构提出根治过敏性鼻炎的承诺，或者采用其他一些偏方给予治疗，不仅未必能治愈过敏性鼻炎，反而可能带来不可逆的危害，患者需要到正规医疗机构就医并听从医嘱。

“经常会遇到患者询问，是否能根治过敏性鼻炎，或者是否有针对过敏性鼻炎的特效药。”阮岩说，按照现有的技术手段，过敏性鼻炎确实很难根治，也没有所谓的特效药；但经过正规标准化的综合治疗，可以达到最佳的症状控制，显著提高患者的生活质量。

此外，业内专家认为，绿化工作也需充分考虑过敏性鼻炎因素。研究表明，花粉传播季节各种炎性细胞数量均有增加，花粉过敏与过敏性鼻炎呈现正相关。各地在做绿化树种和花种规划和种植时，要做好科学论证，减少由绿化带来的环境过敏原增加。

坚持“动态清零” 打赢抗疫硬仗

(上接1版)14亿多人民的理解和支持是“动态清零”的群众基础——

积极接种疫苗、配合流调溯源与管控安排、参与核酸检测、做好个人防护……中国人民万众一心、守望相助，一次次遏制病毒的反扑。最新数据显示，全国新冠疫苗接种剂次超33亿。

“动态清零”总方针必须坚持

习近平总书记强调，各地区各部门各方面要深刻认识当前国内外疫情防控的复杂性、艰巨性、反复性，进一步动员起来，统一思想，坚定信心，坚持不懈，抓细抓实各项防疫工作。

坚持就是胜利，坚持才能胜利。面对疫情防控的严峻形势，我们必须坚持“动态清零”总方针。

局部地区被管控，一时不方便，是为了大家好。一地坚守住，是为了更多地方的平安。

打好统筹疫情防控和经济社会发展之战，中国采取更加科学精准的防控措施，全力以赴稳产保供。在确保疫情防控到位的前提下，推动复工复产恢复生产生活秩序。

坚持防疫、保供并重，解决好老百姓的“燃眉之急”，正是“动态清零”的题中应有之义。解决好民生小事，事关“动态清零”大局。处理好疫情防控和民生保障关系，是提升现代化治理能力的必答题。

抗击疫情需要中国人民的共同努力。面对跌宕起伏的疫情，以坚忍不拔的勇气和坚忍不拔的决心，凝聚起共克时艰的强大合力，我们就一定能够打赢这场大仗硬仗。新华社北京4月12日电

汉江源头活水来

(上接1版)看中这里良好的气候条件和适于菌类生长的砂质土壤，1999年，张分队从河南来到汉水源头村搞起了食用菌种植。由于要用木屑做菌棒，山上大量的原生木材被耗费。细算“生态账”和“经济账”后，近一两年来，张分队和村干部们决心改种市场前景更好且对环境损伤较小的羊肚菌，目前正在汉水源头村种了60多亩，成为富民新产业。

记者了解，这些年，汉水源头村把河道两岸千余亩可耕地进行了流转，改种茶树、果树等，打造出一条四季常绿、花团锦簇的观景长廊，既维持住了汉江源头的水土资源，又促进了当地百姓增收。

“以前种食用菌，‘食用’了山里不少木材；现在种羊肚菌，养好了生态也富裕了村民。”自称“土专家”的张分队说，羊肚菌的生长期是每年11月到次年4月，正好不占用农民种粮的时间，农民每年光是参与种羊肚菌的人均收入就有3000元。

大家守护：让“源头水”长流

清晨，伴着清亮动听的溪流声，汉水源头村护林员张仕明手拿扫帚，把石板步道上的落叶扫得干干净净。

这些年，村里试点垃圾分类回收，野外大片生活垃圾消失，村民逐渐改掉了乱丢垃圾的习惯，村里护林员、巡河员的工作量大大减少。

“说起这事儿，还是张邦贵给大家带了好头。”村民说。十几年前，同村的张邦贵每天拿着火钳和垃圾袋，在河道旁、山路上往返数公里捡拾垃圾。当时有人对他说“汉江又不是你一个人的”，张邦贵回答“这条河是咱大家的”。

在张邦贵的带动下，越来越多的村民拿起扫帚义务清扫垃圾，维护河道清洁，从一个人干变成了大家一起干。

记者了解，现在村民保护汉江的意识大大提高，自觉做到不在河道里洗衣服、丢垃圾，看到有游客随地乱扔垃圾时都会善意提醒、劝阻。汉源街道办和宁强县相关部门也会定期组织志愿者进山捡拾垃圾。

“我们住在汉江源头，会永远守护好这里的山山水水。”王光俊说。

研究人员：

进家门前换鞋很重要

新华社北京电(参考消息)4月6日登载美国《大众科学》网站报道(科学家解释，为什么在室内穿鞋很恶心)。报道摘要如下：

如果你踩到某种泥泞或恶心的东西上，你可能会要擦鞋。但当你到家的时候，你总是在门口脱掉鞋子么？很多人不会。对很多人来说，到家时，鞋底会拖进来什么是最不会想到的事情。

人们90%的时间待在室内，因此在家中是否穿鞋的问题并不是一个小问题。你家里积累的东西不仅包括灰尘，还包括脱落的毛发等。其中约三分之一来自室外，要么是被吹进来的，要么是在鞋底上踩进来的。

鞋和地板上的一些微生物是耐药病原体。再加上柏油路残留物等引发癌症的毒素，你可能会用一种新的眼光来看待你鞋子上的脏东西。

科学表明，你家中的铅和你家院子里的铅之间有很强的联系。这种联系最有可能的原因是院子中吹进来的脏东西，或者是鞋子踩进来的脏东西，或者是你可爱的宠物毛茸茸的爪子带进来的脏东西。这种联系表明，首先要确保室外环境中的物质就留在室外。

我们都知道预防远胜于治疗，在家门口脱掉鞋子对我们很多人来说是一个基本而简单的预防活动。

喷嚏鼻涕不止怎么办？

专家提醒：要重视春季过敏问题

新华社北京电(记者李恒、田晓航)春季是人群过敏性疾病的高发季。各种直径数十微米、肉眼不可及的气传花粉充斥在空气中，很多人会出现流眼泪、打喷嚏、流鼻涕、咳嗽憋气、皮肤瘙痒等症状。

专家表示，帮助患者找到致病过敏原后，医生根据所监测的花粉播散时间段，指导患者提前两周开始规律使用抗过敏药物，在此期间根据花粉浓度灵活指导用药，并确认花粉播散结束两周后再停药，能帮助绝大部分患者顺利应对过敏季节。

“人体免疫系统包括体液免疫系统和细胞免疫系统，能帮助我们识别并清除外来的入侵病原体、体内的癌细胞以及衰老死亡的正常细胞。”北京协和医院变态反应科主任

助理、副主任医师关凯介绍，面对外来入侵物，正常免疫系统只会对威胁到人体健康的微生物、病原体进行攻击、剿灭；如果免疫系统出现了“认知混乱”甚至出现“认友为敌”，就开始过度攻击进入体内但并不具备威胁的花粉、食物等，在这一过程中，身体会因“殃及池鱼”引发免疫炎症，也就引起了“过敏反应”。

“每到过敏季节，生活环境中存在大量可与正常人同存，但却被过敏体质人群视为敌人的过敏原，比如花粉。”关凯说，过敏问题关乎人的健康状态。过敏是源于免疫紊乱，并不等于“缺乏免疫力”，更不是“免疫力低下”，要科学、正确认识过敏性疾病。

过敏性鼻炎是过敏性疾病最常见的病

种之一。关凯介绍，鼻塞是过敏性鼻炎的四大症状之首。鼻塞会造成机体缺氧，危害人们的身体、智力发育，导致睡眠呼吸暂停综合征。

对于过敏性鼻炎的危害，关凯表示，过敏性鼻炎多数会合并结膜炎，影响视力，还有可能合并中耳炎，导致听力下降，甚至有30%至40%的患者会发展成可致死的哮喘。如果过敏性鼻炎长时间得不到正规治疗，尤其是在青少年阶段，有可能影响人体颌面部发育，引发龅牙、“痴呆面容”等危害。

专家表示，消极等待过敏性鼻炎自愈是不可取的。要加强科普知识学习，遵循正规医院、专业医生的诊治方案，把“小毛病”控制在萌芽阶段。

如何区分过敏与感染新冠

新华社北京电(参考消息)4月1日刊登美国福克斯新闻网站报道《是新冠肺炎、过敏？还是接种疫苗后的症状？如何区别》。报道摘要如下：

随着春天的到来，再加上新冠疫情挥之不去，要区分季节性过敏、新冠病毒感染和接种疫苗后的副作用可能有些难。

“过敏症和新冠病毒感染很难区分，尤其是二者在同一时期出现的情况下。”美国诺思韦尔医疗保健公司长岛犹太医疗中心急诊科医生弗雷德·戴维斯说。

不过，搞清楚三者之间的一些关键差异可能会使区分它们变得容易。

“我总是会问患者发痒和发烧的情况，这是最大的差异。过敏通常不会发烧，但会让你感到痒痒难忍。”医疗保健专家约翰·怀特提到了新冠病毒感染和过敏的一个重要区别。

美国疾病控制和预防中心也列出了过敏和新冠病毒感染的症状区别。尽管二者的症状都可能包括咳嗽、呼吸急促或呼吸困难、乏力、头痛、喉咙痛、鼻塞或流鼻涕，但发烧和发冷、肌肉和身体疼痛、味觉或嗅觉突然丧失、恶心、呕吐或腹泻等症状，在新冠病毒感染病例中更为常见。

“病毒性感染常会使你发冷或发烧，感觉

研究人员公布首个完整人类基因组序列

新华社洛杉矶电(记者谭晶晶)美国研究人员领衔的科研团队3月31日公布了首个完整、无间隙的人类基因组序列。与这项重大成果相关的6篇论文当天发表在美国《科学》杂志上。

由美国国家人类基因组研究所、加利福尼亚大学圣克鲁斯分校、华盛顿大学等机构研究人员领衔的国际科研团队“端到端粒联盟”完成这项研究。美国国家人类基因组研究所在一份公报中表示，人类基因组含有约30亿个DNA(脱氧核糖核酸)碱基对，完成这些碱基对的完整、无间隙测序对于了解人

类基因组变异全谱、掌握基因对某些疾病的影响至关重要。

公报说，对完整人类基因组序列的分析将显著增加科学家对人类染色体的认识，从而开辟新的研究方向。这有助于解答关于染色体如何分离、分裂等生物学基本问题。研究团队还利用完整的人类基因组序列发现了超过200万个额外的基因变异，这些研究为622个与医学相关的基因提供了更准确的基因变异信息。

美国国家人类基因组研究所所长埃里克·格林表示，完成完整的人类基因组序列是一项重要科学成就，为了解人类DNA提供

了首个全面视角。这些最基本的信息将增进对人类基因组所有细微功能差别的了解，促进对人类疾病的基因研究。

人类基因组测序项目的重要意义被视为与阿波罗登月计划相当。人类基因组蕴藏人类遗传信息，破译它能够用于疾病诊断、新药研发、新疗法探索等带来革命性进步。2001年，由包括中国在内的6国科学家共同参与的“人类基因组计划”，在英国《自然》杂志上发布了人类基因组草图及初步分析。由于当时的测序技术所限，这份人类基因组草图中留有诸多空白。

新华视点

新华社广州4月12日电(记者马晓澄、徐弘毅)春季是过敏性鼻炎的高发期。业内专家称，我国过敏性鼻炎患者数量高达2.4亿，其中儿童是“重灾群体”。

过敏性鼻炎发病率为何这么高？如何才能让大家少一些“鼻子的烦恼”？

发病率高，低龄化明显

广州小学四年级女生吴比经常鼻痒、鼻塞、打喷嚏。她的妈妈方女士说，女儿大约从上小学开始就出现过敏性鼻炎，一吹空调、受凉或在干燥环境下就打喷嚏、流鼻涕。

“我们一家人都饱受过敏性鼻炎的困扰，除了吴比，我另外两个小孩也不同程度有过过敏性鼻炎的症状。”方女士无奈地说。

过敏性鼻炎是临床常见的慢性鼻病。北京同仁医院院长张罗表示，中国过敏性鼻炎患者高达2.4亿。由张罗等完成的《中国过敏性鼻炎诊疗指南》显示，从2005年至2011年6年间，我国成人过敏性鼻炎患病率从11.1%上升至17.6%，患病人数大约增加1亿。

儿童是过敏性鼻炎的“重灾群体”。广州中医药大学附属第一医院耳鼻喉科主任阮岩介绍，过敏性鼻炎患者是他所在科室接诊病人中最多的。过敏性鼻炎不仅高发，而且呈现低龄化趋势。在他个人接诊的患者中，绝大部分是儿童。

阮岩等主编的《变应性鼻炎的中西医结合治疗》提到了一组数据：我国专家采用多阶抽样方法，对北京、重庆、广州三座城市儿童过敏性鼻炎进行流行病学调查，发现患病率分别为14.46%、20.42%和7.83%。

新华社北京4月11日电(记者沐铁城)4月11日是世界帕金森病日，帕金森病是一种以运动和非运动症状为特征的常见神经功能障碍疾病。

世界帕金森病日：帕金森病患者应加强血压管理

患者就医前要先检查一下在服用药物，确认是否有降低血压和导致体位性低血压的副作用。必要时列出服药清单，请专科医生或药师协助明确是否需要停药、减量、换药或继续使用等。

北京协和医院神经内科主任医师王含介绍，帕金森病患者会出现血压波动，体位性低血压是帕金森病常见的非运动症状之一，有50%—70%的患者会出现该症状，严重影响患者生活质量，帕金森病患者应加强血压管理。

与多系统萎缩相比，帕金森病患者的体位性低血压经常是无症状的，因此并不能引起患者的足够重视。然而研究表明，即便是无症状的体位性低血压，也会给患者增加跌倒风险、加重活动障碍，并且增加健康服务消耗。

患者该如何管理好自己的血压？“血压在一天中是持续波动的，如何治疗体位性低血压需根据原发疾病和环境因素特点进行综合考量。”王含表示，患者应做好进餐和服药的时间管理，比如三餐按时正常进行。如果有使用升压药(如米多君)，早上起床前是最合适的服药时机。晚上就寝前应避免饮水，若有夜间高血压需酌情服用短效的降压药物。

同时，专家建议患者日常也可以自行使用电子血压计监测卧位血压，在安静的环境中空腹进行测量。测量过程中如果出现明显的眼前发黑，一定要及时终止测量，立即坐下或躺下，以保证患者安全。

此外，王含提示，治疗帕金森病的药物多数有降低血压的作用，因此会带来额外的血压波动机会。