

7月8日是世界过敏性疾病日

尽早干预对症治疗 远离过敏困扰

□本报记者 李娟

说起过敏,人们并不陌生,因为在我们身边经常能够看到不断打喷嚏、眼睛红肿、发痒的人群,这些症状都是由过敏性鼻炎引起的。但是,过敏性疾病不仅仅有过敏性鼻炎,还有许多过敏性疾病,由于症状、表现不明显,经常会被我们忽视,从而影响身体健康。今年的7月8日是第20个世界过敏性疾病日,让我们一起来认识一下过敏吧。

在日常生活中,有的人一吃芒果皮肤就会发红,有的人吃了蘑菇就会拉肚子,有的人喝牛奶后肚子胀气,有的人在皮肤上粘贴胶布会发痒,有的人不能服用头孢……这些症状到底是不是过敏?因为对过敏的概念不是很明了,很多时候身体的不适症状都会被我们所忽略。

据呼和浩特市第一医院变态反应科佟鑫医生介绍,日常生活中,过敏分为四个种类,包括接触过敏、食物过敏、药物过敏和吸入性过敏,在呼和浩特市常见的过敏性鼻炎就是吸入性过敏。而接触过敏和食物过敏由于症状表现不同,常常被人们忽视。

进入夏季,许多人外出后出现皮肤发红发痒的情况,进入到室内后症状就会缓解,因症状轻微常被人们所忽略。其实这是皮肤在向我们发出提醒,我们的身体可能出现了日光性



图片来源:IC photo

皮炎,也是一种过敏反应,需要到医院就诊,对症治疗,避免过敏症状加重。

“有的人会在化妆、染发或者戴胶皮手套后皮肤出现发红、发痒的情况,这些都是接触类的过敏症状,需要我们及时关注,更换刺激性较低的化妆品,减少染发次数,避免使用胶皮类的产品,这样既可以有效缓解过敏症状,也可以通过过敏原测试来远离过敏原。”佟鑫说。

相对于接触类过敏,食物过敏更容易被大家忽视。据介绍,食物过敏的人群因为误食或过量食用过敏食

物,如花生、芒果、牛奶等而出现喉头水肿的症状,导致呼吸不畅,甚至会危及到生命。最常见的食物过敏原有坚果、鸡蛋、海鲜、谷物等几个类型。佟鑫表示:“食物过敏的表现较多,如皮肤红痒、嘴唇周边红痒、呕吐、腹泻、喉头水肿、呼吸困难等。这样的症状需要我们在生活中细心观察,尤其是家长。由于孩子年龄较小,表达、沟通能力较弱,就需要家长细心观察,来帮助孩子排除过敏。家长可以通过记录食物日记的形式来帮助孩子,当感觉到孩子吃完食物后有不适的症状和表现



时,就对当天摄入的食物进行记录。通过一段时间的记录,观察不适症状是否由同一种食物引起。如果确定为食物过敏,可以暂时避免食用该食物。一段时间后,可逐步尝试让孩子耐受这种食物,少量、多次让孩子进食,并观察孩子状态,无明显不适症状,再循序渐进。”

药物过敏也是生活中较为常见的过敏,但可以通过皮试等方法进行排除。“当我们服用药物后出现了呼吸道症状,如呼吸困难、胸闷、气短等情况,应及时到医院就诊,通过检查和医生的辨别确认是否出现了药物过敏,从而及时更换药物,保障身体健康。”佟鑫说。

佟鑫建议,为了远离过敏症状的困扰,要及时了解个人过敏史,了解家人是否有某种食物过敏的情况,是否患有过敏性疾病,这可以帮助预防潜在的过敏反应。对于已知过敏的食物,避免摄入或接触。仔细阅读食品标签,注意食品中是否含有过敏原。同时,保持健康的饮食和生活方式有助于增强免疫系统功能,如均衡饮食、适量运动、充足睡眠等,都可以有效减少过敏症状的出现。

有一种肚子痛真的会要命

很多时候,肚子痛可能与吃坏了有关,再严重些,可能是一些急性炎症。由于肚子痛太过常见,这个症状常常容易被忽视,从而拖延就医。有一类极其凶险的急症,初期也是以腹痛为主要症状,就医稍有延迟,就有可能面临死亡风险。

半夜腹痛,又痛又吐

69岁的孙大伯先是查出了胃癌,做了手术还没恢复完全,上个月因为急性肾衰竭又住进了杭州市中医院肾病重症监护(KICU)。住院当晚,孙大伯突发下腹痛,伴随强烈的恶心呕吐。急诊医生接诊后,迅速让患者检查腹部CT,提示右下腹腹内疝伴肠扭转,结合患者腹部症状及体征,医生评估完病情后建议患者急诊行剖腹探查术。孙大伯很快便转至普外科急诊手术治疗。庆幸的是,由于探查及时,孙大伯尚未发生小肠坏死、穿孔等严重并发症。手术解除了束带卡压并复位小肠,患者转危为安。

摔了一跤,出现腹痛

相比69岁的孙大伯来说,82岁的赵奶奶经历更加凶险。孙大伯前脚刚出院,赵奶奶便因为右侧

股骨颈骨折住进了杭州市中医院骨科进行治疗。住院第二天,傍晚吃过饭赵奶奶开始出现中下腹痛,一开始疼痛并不剧烈,也没有其他伴随症状,急诊CT平扫提示小肠梗阻。由于症状不剧烈,家属想先进行保守观察。到了晚上,赵奶奶的腹痛进行性加重,出现急性弥漫性腹膜炎体征。医生迅速将其转移至外科手术室进行治疗,打开腹腔后发现赵奶奶已经出现了肠管缺血坏死,存在大量的血性腹水。医生解除束带卡压后切除了缺血坏死的肠段,并将新鲜的小肠作一吻合。术后经过ICU的支持治疗,赵奶奶恢复良好,顺利出院。

要人命的急性腹痛

普外科主任黄海主任医师解释,两位患者出现的情况医学上叫做腹内疝,是指腹内脏器通过原本存在或因疾病、手术所形成的腹内、



图片来源:IC photo

胸腔孔隙,偏离原来的位置,形成隐匿于体内的异常突起。典型症状是腹痛、呕吐和便秘、腹胀及腹部包块。腹内疝较为少见,但发病较急、进程快、情况危重,如若得不到及时的治疗会导致严重的并发症,甚至危及生命。目前腹内疝诊断较为困难,有时候连CT检查也难以明确,需有经验的临床医生进行综合判断。

腹内疝临床表现不典型,因腹壁无肿块突出,一旦发生嵌顿,患者常会感觉剧烈腹痛,伴有恶心、呕吐等消化道症状,有时伴随休克表现,腹

部X片或CT提示肠梗阻。当确诊为腹内疝时,患者无法自行缓解,手术是唯一有效的治疗方法,可减轻或消除症状,恢复正常生活。如不及时规范治疗,病情发展迅速,易并发肠绞窄、坏死。

专家提醒,腹内疝与一般的腹痛疾病非常相似,很容易被误诊,因此要提高警惕,一旦出现剧烈腹痛、腹胀、呕吐、便秘等症状时,应立即到医院就诊,以便及时诊断与治疗。

(据《家庭医生报》徐允佳)