

踏青赏花正当时

# “银发一族”当心花粉过敏

春天百花盛开,是踏青赏花的好时节。但春季也是花粉过敏的高峰期,老年人踏青很容易中招,而且这一症状还常常被误诊。国药东风总医院呼吸内科的副主任医师唐友勇提醒,免疫功能较差的老年人,要当心花粉引起的过敏症状,患有哮喘、慢阻肺等呼吸道慢性疾病的老年人也要警惕花粉过敏诱发呼吸道疾病。

■记者 杨天娇

## 踏青赏花 应做好防护措施

春季气温逐渐升高,面对晴好天气,老人外出踏青大有益处,可如何应对赏花时花粉过敏症呢?唐友勇向记者介绍了以下几种方式,供市民参考。

首先,自知是过敏体质的老年人尽量避免出现在鲜花盛开的场合。尤其是大风天,花粉的传播除了自身去触碰,还有可能随风飘落,在干燥的天气中,只要刮风就极易将细小的花粉吸入鼻腔,或是触碰皮肤导致过敏。还可以选择在日照不强、微风或微雨后出游,空气较为湿润时,花粉不易到处传播。

其次是,外出游玩尽量戴好墨镜、口罩,穿长袖长裤,避免接触花粉,尤其是不要出现采摘鲜花、走入花丛中拍照等不文明行为。近距离闻嗅或者皮肤接触鲜花,极易造成花粉过敏症。

再者,不要吃刺激性食物,首先应该避免吃辛辣食物,因为辛辣食物会使血管扩张、皮肤发红,同时也要远离一些引起过敏的刺激性食物,比如:羊肉、海鲜、酒、辣椒;还有就是慎食野菜,多吃新鲜水果蔬菜。

最后,本身患有支气管疾病的患者,在踏青赏花后切勿将过敏症状当作感冒,一旦误诊、错诊,延误治疗时机,极易产生生命危险。

## 七旬老人赏花后出现身体不适

今年70岁的王大爷家住在郟阳区,本就性格开朗的他有不少老年同伴在平日里一起聊天,下棋。前不久,在得知樱桃沟里的樱花已经盛开后,王大爷跟着几个朋友决定一起去樱桃沟转转。当天,天气晴好,但是风较大,王大爷在樱桃沟游玩不到半小时,身体就出现了异样。

“被家人送入医院时,王大爷已经有明显呼吸困难,不能平躺,只能坐

在床上吸氧。”28日下午,唐友勇接受记者采访时说。

据了解,王大爷是常年的哮喘患者,每天都会将哮喘药随身携带。在此之前,已经有流涕、鼻塞等症状将近一周。

当天,王大爷在樱桃沟游玩后,鼻塞、流涕加重,晚上还出现了干咳、胸闷的情况,在家吃了治疗哮喘的药物后情况得到控制,但病情并未好转。

“我以为是白天赏花时出汗后吹了风,可能是感冒了,在当地的诊所打了一周的消炎针,病情反而更加严重。”在听到王大爷主诉病情后,唐友勇怀疑是由于在赏花时,花粉吸入呼吸道诱发哮喘。随后的体检,证实了他的怀疑。“老人的肺部哮鸣音很重,这是典型哮喘急性发作时的体征。”唐友勇说。

经过一周的治疗,王大爷的病情好转,目前已经平安出院。

## 花粉过敏症多数与感冒症状相似

唐友勇介绍,“花粉过敏症的多数症状与感冒十分相似,在春季赏花后,出现不适要考虑是否属于过敏。”

据了解,花粉属于过敏源,花粉直径只有30—50微米,很容易吸入气管、支气管内。而气道粘膜、平滑肌内有较多的致敏细胞,花粉这些致敏原与致敏细胞接触后很容易引起变态反应,引发气道炎症、气道变窄,自然就会出现咳嗽、胸闷、呼吸困难等症状。“除

了诱发支气管哮喘,花粉过敏症还可导致过敏性结膜炎、过敏性鼻炎、急性荨麻疹等,其中的不少症状,如鼻塞、流涕、眼红、流泪、鼻子耳道发痒与感冒症状十分相似,不少患者在此时会将过敏误认为感冒,只是采取抗感冒、消炎治疗,没有及时应用抗过敏治疗,肯定是越治效果越差。”唐友勇说。

值得注意的是,花粉过敏症分为速发性和迟发性两种。唐友勇表示,速发

性花粉过敏症在赏花当时就会出现过敏症状,而迟发性花粉过敏症则会在12小时以后出现过敏症状。花粉过敏轻则出现皮疹、鼻塞流涕、眼红症状,重则诱发支气管炎、哮喘和肺心病,更严重时甚至出现急性喉头水肿导致窒息。唐友勇提醒:“过敏体质以及患有过敏性鼻炎、支气管哮喘、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺病等呼吸道疾病的银发老人尤其要注意赏花后花粉过敏。”

# 帕金森病不是老年痴呆

即将到来的4月11日是“世界帕金森病日”。帕金森病已成为继肿瘤、心脑血管病之后老年人的“第三杀手”。为让更多的老年朋友、患者了解帕金森病。昨日,十堰市西苑医院大内科主任、老年科(十堰市西苑老年养护院)主任乐文随,专门针对人们帕金森病的一些认识误区进行了解析。

■记者 韩玉砚

## 我市帕金森患者或超5000人

“帕金森病,又名‘震颤麻痹’,是一种常见于中老年的神经变性疾病,多在60岁以后发病。”乐文随告诉记者,拳王阿里、著名数学家陈景润都曾罹患这种疾病。

有资料显示,我国患病人数约210万,居世界第一,在65岁以上的老年人中,约有1.7%的人患有帕金森病。按照这个比例,以我市目前65岁以上常住人口35.05万人计算,我市目前罹患帕金森病的人群可能超过5000人。

帕金森病的病因迄今为止仍不是很清楚,主要可能受遗传因素和环境

因素的共同影响,其中,饮食也可能发挥着重要影响。帕金森病临床上以静止性震颤、运动迟缓、肌强直和姿态步态障碍为主要特征。“近年来,帕金森病发病呈现出老龄化的趋势,临床上也遇到过四五十岁的患者前来就诊”,乐文随说。

## 帕金森病不是老年痴呆

“人们对帕金森病的认识还存在很多误区,在日常生活中,人们常把帕金森病与老年痴呆(阿尔茨海默病)混同。虽然帕金森病和老年性痴呆都好发于老年,但帕金森病与老年痴呆在临床表现、发病机制、治疗方法上都有

着明显区别。”

乐文随说,帕金森的主要病变是大脑中的黑质多巴胺能神经元大量变性丢失,如果多巴胺能神经元丢失超过正常量的50%时,帕金森的症状就会开始出现。

老年痴呆症则是因为大脑的颞叶出现萎缩而引起。

从治疗上讲,帕金森病可经过药物、手术治疗。在药物方面,左旋多巴制剂是主要治疗药物,可有效缓解症状。在手术方面,脑起搏器手术可缓解帕金森病。不同的帕金森病患者根据自己的情况能找到适合自己的治疗方案,而老年痴呆症治疗药物虽然很多,但没有特效药,也没有手术治疗的方法。



## 帕金森病用药必须谨遵医嘱

“帕金森病不是一种不治之症,也不会影响寿命”,乐文随说,帕金森病本身不足以致命,但会严重影响患者的正常生活和工作,甚至致残,患者后期往往是死于由帕金森病导致的并发症,如肺部感染等。

随着治疗方法和水平的不断创新和提高,最先进的脑深部电刺激术,简称脑起搏器,已经广泛应用于国内外的临床治疗中,大大缓解了早中期帕金森病人的震颤、僵硬、行动迟缓症状,提高了患者生活质量。

“目前尚无根治帕金森病的有效药物,复方左旋多巴仍是治疗帕金森病的良药。”乐文随介绍,帕金森病人用药必须遵循几个原则:对症用药,辨证加减;最小剂量,最佳效果;权衡利弊,联合用药。

需要强调的是,帕金森病用药必须谨遵医嘱,切不可随意,许多患者症状改善就停药,这是极其错误的。症状改善后,不要以为疾病治愈,擅自减量或停药,可能导致症状恶化或严重副作用,特别是使用左旋多巴时不能突然停药,以免发生撤药恶性综合征。

另外还有些患者一有副作用就停药,这也是不对的,副作用一般是在刚开始服药时出现,数天至数周后逐渐消失,如发生副作用,可给予对症处理,以保证治疗的进行。