



喷嚏阵阵,连服感冒药都没效果

# 八成过敏性鼻炎被误以为“感冒”



■ 相关新闻

## 还有这些疾病容易被误诊为感冒

许多严重的疾病在初起乃至病程中期,其症状貌似感冒,因而常被误诊,从而贻误了治疗时机。下面就是几种容易被误诊为感冒的疾病。

**肺炎:** 初起时可出现类似感冒的病症,但肺炎病人可出现呼吸困难,口唇发青发紫,咳嗽严重,发热迟迟不退,病程也较长。

**肺结核:** 初期表现很像感冒,出现低热,食欲不振,轻咳等,但肺结核病程长,下午发热多见,伴有乏力、干咳、盗汗和逐渐消瘦。

**风湿热:** 青少年较为常见,初起时可像感冒。其特点是病程长,发热持续不退,全身大关节可出现肿胀、疼痛,呈游走性,多汗。

**猩红热:** 是一种儿童常见的急性传染病,冬春季多发,症状像感冒。诊断要点是,面部和身上皮肤可见到细小、红色的小丘疹,分布密集而均匀,口唇周围呈现一“苍白圈”;检查口腔,舌体鲜红色,扁桃腺体红肿。

**流行性脑膜炎:** 冬春季较多发的一种急性传染病,初起时很像感冒。其特点是起病急,进展快,头痛剧烈,可伴呕吐,皮肤上可见到大小不等、压之不褪色的红色皮疹,严重者出现抽搐、昏迷。 快报记者 张星

■ 医生名片

史锁芳 江苏省中医院呼吸科主任医师、全国首届百名中医药科普专家。

门诊时间:周一、周五上午,周三下午呼吸科专家门诊

博客地址:打开江苏都市网(www.js.cn)——点击博客——进入名医在线博客圈

药膳。宜食食品如:山药、莲子、牛肉、鹌鹑、猪肾、猪肺、羊肉、狗肉、鹿肉、胡桃肉等。药膳可结合各自症状特点和体质灵活选用如下食疗方:

(1) 黄芪防风茶:取黄芪40克、防风15克,煎汤当茶常饮,具有补益肺气、祛风抗敏作用,可用于过敏性鼻炎预防用。

(2) 党参苏叶茶:取党参40克、苏叶15克,煎汤当茶常饮,具有益气祛寒、祛风通窍作用,用于过敏性鼻炎喷嚏连作、鼻塞流涕者。

(3) 苍耳草黄精茶:取黄精40克、苍耳草15克、麻黄4克,煎汤常饮,具有益气驱寒、祛风通窍作用,用于过敏性鼻炎喷嚏连作、鼻塞流涕者。

(4) 徐长卿黄芪粥:取徐长卿30克、生黄芪40克、细辛3克、粳米200克,如法熬粥食用,具有益气补肺、祛风散寒作用,用于过敏性鼻炎怕冷、喷嚏、鼻塞流涕者。

(5) 山药羊肉羹:取山药40克、苏叶30克、苍耳草15克、鸭跖草20克、羊肉150克。将苏叶、苍耳草、鸭跖草洗净,用纱布包扎,山药洗净,切块,羊肉洗净切块,用小火慢煲至羊肉熟烂,去除药袋,加入食盐、桂皮、八角、生姜调味后即可食用。具有补益肺肾、祛风宣通鼻窍作用,可用于预防过敏性鼻炎发作。

快报记者 张星

“哎呀,又感冒了!”打了个响亮的喷嚏后,陈先生念叨着。“其实,像他这样的并不一定是感冒,过敏性鼻炎的症状也是这样,我在门诊上接诊的过敏性鼻炎患者中,有80%的误以为感冒了。”

## 打喷嚏流鼻涕,连服感冒药没效果

29岁的小秦是我上周接诊的一名患者,正在上班的她连续打了几个喷嚏,随后就不停地流鼻涕,想到最近夜里没有盖好被子,以为自己感冒了,就随便到药店买了些感冒药吃。连续吃了三四天,“感冒”症状还是没有好转,不仅是喷嚏连连,而且头昏、疲劳,这到底是怎么回事?不是药店的药没有效果?于是,她就来到我的门诊来看病。

详细了解她的病情后,再结合她往年这个时候也容易得这样的“感冒”,我诊断她并非感冒,而是得了过敏性鼻炎。最后,按照过敏性鼻炎的治疗方案给她开了药,没吃几天,症状果然好转。

## 怎么分辨过敏性鼻炎和感冒?

不仅是秦小姐,近期在我接诊的过敏性鼻炎患者中,有80%的误以为感冒了,结果导致病情越拖越重。

确实,过敏性鼻炎和感冒的临床表现有很多相似之处,比如它们都会有鼻塞、打喷嚏、头昏、乏力等症状,大多受寒发作,或气候变化立即出现,这是大多数患者出现错误认识的原因。

由于误认为感冒就轻视不管,能挺则挺,根本不当回事,当病情迁延反复打喷嚏、鼻

塞,乃至影响到睡眠,或引起头昏疲倦甚至并发哮喘之时才来就诊,这样既耽误了病情加深了病理损伤,又影响了正常工作,给治疗带来了麻烦和难度。约有30%的过敏性鼻炎患者会并发支气管哮喘。

那么,怎么分辨感冒和过敏性鼻炎呢?当你一旦出现季节性鼻塞打喷嚏时,尤其是有人一到秋冬季节就会发作,或气候变化特别是温差比较大的时候,或遇到异味油烟喷嚏连发时,在这些情况下,运用一般感冒药无效之时,应当警惕过敏性鼻炎的可能。

到医院后,可以检测一下EOS(嗜酸性粒细胞计数)、免疫球蛋白IgE、嗜酸性粒细胞阳离子蛋白(ECP)以及过敏原测定等检查,尽早明确诊断采取积极的对应治疗和预防措施。

## 药膳食疗可防过敏性鼻炎

眼下正是过敏性鼻炎的高发期,很多人常常抱怨鼻炎不好治,一遇凉气或异味则过敏喷嚏连连,甚是烦恼。过敏性鼻炎很难根治,目前西医治疗主要依靠抗过敏药物如局部喷吸激素等,有一定效果,但是长期疗效不是很好,可以考虑采用中医祛风散寒、温肺解毒的方法治疗,另外还可以自选药膳自做食疗预防。

过敏性鼻炎患者应重视治肺,尤须选择具有补肺清肺食品和

# 爱看电视 8岁孩子近视 1000度

8岁的儿童亮亮(化名)已经有1000度近视了,经过详细诊断治疗,焦急的爸爸妈妈松了口气,孩子是假性近视,但这样严重的病情仍然让专家吃了一惊。南京儿童医院专家表示,这样的孩子一年只能碰到五六例,相当少见,如果不治疗,孩子会逐渐出现头痛症状,很有可能转为真性近视。

## 孩子喜欢天天看电视

亮亮的家长告诉记者,亮亮没有特别的爱好,就爱在家看电视,到了星期天,一般能从早看到晚。近几个月来,亮亮总说眼睛不清楚,看电视爱眯着眼睛,越凑越近,最后,居然离

电视只有1米也说不太清楚。儿童医院眼科主任陈志钧说,第一次给孩子检查,视力表距离亮亮3米左右,但亮亮说只能看到第五排的“E”,双眼只有0.3。为了精确,第二次采用了近视力表,这一次亮亮离视力表只有30厘米左右,但亮亮视力仍然只有0.6,视力表上的小字仍然是看不清楚。从经验上判断,专家认为亮亮的眼睛一定出问题了,可是经过各项检查,亮亮的内眼、外眼均正常,各项电生理检查也均为正常。专家最后确诊为假性近视1000度。

## 假性近视可调节恢复

1000度的“近视眼”啊,

当家长知道孩子患了如此严重的假性近视后,焦急不已,因为孩子才上小学一年级,学习上正是打基础之时,这个时候眼睛坏了真是耽误一辈子的事。还好,经过一段时间的矫正后,亮亮的双眼视力从0.3恢复到了1.0。

陈志钧介绍说,假性近视是真性近视眼之前的一种疲劳状态,如果这种状态不能及时缓解,眼睛发生器质性改变就会形成真性近视。判断真假近视眼需要做散瞳验光。有些家长担心散瞳会影响孩子学习,不愿意及时带孩子到医院进行散瞳验光检查,只在普通的眼镜店验光配镜。其实散瞳的目的是

解除眼睛疲劳,让紧张的肌肉放松,这样验出的屈光度才是准确的。如果散瞳后裸眼视力能够达到1.0,那就是所谓的“假性近视”。假性近视一般情况下经休息和恰当治疗可以恢复正常。

陈主任提醒家长:儿童出现视力问题,验光配镜一定要到正规医院。街头常有宣称“科学配镜,立等可取”的配镜店,往往忽略了散瞳验光这个步骤,而这恰恰是儿童青少年配镜前必不可少的检测手段,对于屈光不正的孩子,如果不做散瞳验光,会隐藏一部分调节,从而影响验光的准确性。

通讯员 金岩 快报记者 刘峻



■ 健康·美容

## 3种食品有助去除鱼尾纹

鱼尾纹、表情纹等细纹会随着年龄的增长随之出现,但是往往鱼尾纹和表情纹很容易就暴露出你的年龄,如何去鱼尾纹让你看上去更年轻呢?3种食品有助去除鱼尾纹!

### 啤酒去鱼尾纹

啤酒酒精含量少,所含的鞣酸、苦味酸有刺激食欲、帮助消化及清热的作用。啤酒中还含有大量的维生素B、糖和蛋白质。适量饮用啤酒(每天中餐、晚餐各饮150-250克),可增强体质,减少面部鱼尾纹。

### 口香糖去鱼尾纹

每天咀嚼口香糖5-20分钟,可使面部鱼尾纹减少,面色红润。因为咀嚼能锻炼面部肌肉,改善面部的血液循环,增强面部细胞的新陈代谢功能,使鱼尾纹逐渐消退。

### 米饭团去鱼尾纹

当米饭做好后,挑些较软温热的米饭揉成团,放在面部轻揉,把皮肤毛孔内的油脂、污物吸出,直到米饭团变得油腻污黑,然后用清水冲洗面部,这样可使皮肤呼吸畅通,减少鱼尾纹。

■ 健康·提醒

## 6款相宜相克的日常食物

### 适宜搭配

#### 竹笋+鸡肉

竹笋味甘微寒,有清热消痰、健脾胃的功效。竹笋配鸡肉有利于暖胃、益气、补精、填髓,还具有低脂肪、低糖、多纤维的特点,适合体态较胖者。

#### 豆腐+虾仁

豆腐有助于治疗咳嗽、胃痛等疾病,有利尿功效。豆腐配虾仁对体质阴寒怕冷、低血压、食欲不振、精力衰退等状况均有食疗效果。

#### 蒜薹+木耳

蒜薹对脾胃虚弱等病症百辅助疗效,木耳有益气养胃、润肺、凉血止血、降脂减肥等作用。

### 不能搭配

#### 萝卜+水果

两者同食,经代谢后体内会产生大量硫磺酸,可抑制甲状腺素的形成,并阻碍甲状腺对碘的摄取,从而诱发或导致甲状腺肿大。

#### 菜花+猪肝

菜花含有大量膳食纤维,膳食纤维中的醛糖醋残基可与猪肝中的铁、铜、锌等微量元素形成螯合物而降低人体对这些元素的吸收。

#### 红薯+柿子

不能同食,二者相聚会形成胃柿石,引起胃胀、腹痛、呕吐,严重时会导致胃出血,危及生命。

■ 健康·测试

## 你是否具有癌症性格?

现代肿瘤学的研究证明,大多数癌症病人都有一种“癌症性格”。如何判别自己是否具有癌症性格?心理学家设立了一个问题问卷表。

1. 你感到很强的愤怒时,能否把它表达出来?
2. 你是否不管什么事都尽可能把事情做好,连怨言也没有?
3. 你是否认为自己是个很好的人?
4. 你是否在很多时候都觉得自己没有价值?是不是常常感到孤独、被别人排斥?
5. 你是否正在全力做你想做的事?你满意自己的社交关系吗?你对于常常能发挥人的潜力相当乐观吗?

6. 如果现在有人告诉你,你只能再活6个月,你会不会把正在做的事情继续下去?

7. 如果有人告诉你,你的病已到了晚期,你会不会有什么解脱感?

理想的答案是:1.是;2.否;3.是;4.否;5.是;6.是;7.否。

如果你对上述问题的回答中有两个以上与答案相反,就说明你具有癌症性格的特征。但这也无需惊慌,在癌症性格的后面,潜藏着你真实的自我,你可以以此为起点,学会正确对待和应付生活中的事件,适度而恰当地宣泄自己的不良情绪,增强抵御癌症侵袭的能力,这也是抗癌良策。

以上稿件均来源于江苏都市网

## 近期孩子频咳喘 多是支气管肺炎

快报讯(通讯员 杜恩 记者 张星)由于近日天气变化,加上使用空调不当,儿童患者的就诊数量比前段时间增加了一倍,且主要表现为咳嗽。中大医院儿科医生陈艳介绍,近期儿科的就诊人数总体呈直线上升,昨天就诊人数为150多人次,其中主要是感冒引起的咳嗽患儿,因支气管肺炎住院的患儿占到了三分之二。

一名4岁儿童的母亲介绍,儿子前天从幼儿园空调房出来后,因为没扣衣服,回来后就有些感冒,打喷嚏,两天后孩子出现低热,随后出现咳嗽,并伴有喘憋,昨天因为咳嗽剧烈,饭全部吐了出来,并有腹痛、腹泻的表现。到医院

检查后发现肺部有阴影,被诊断为支气管肺炎。

专家介绍,冬季是支气管肺炎的高发季节,由于天气变化,早晚温差变大,特别是空调房内外冷暖变化,孩子的调节能力相对较差,加上通风不畅,空气污浊,如果有致病微生物,很容易中招。

医生提醒:孩子出现头痛、咽痛、发热时,家长要引起高度重视,早期患儿如果正规治疗,1-2周内就能康复。近期家长要加强对孩子耐寒训练,不要动不动就开空调,要尽量让孩子多适应寒冷气候的变化,增强抗病能力,同时要避免到人多聚集的地方,以防止传染上病毒而诱发肺炎。