

# 北方多地发病率上升 为何过敏性鼻炎患者越来越多?

新华社“新华视点”记者 张丽娜 王靖 安路蒙

“水泥封鼻”、眼睛红肿、耳内瘙痒、无法入睡……秋季,又到了过敏性鼻炎患者难熬的季节。

“新华视点”记者调查发现,近年来,我国过敏性鼻炎患者数量快速增长且低龄化趋势明显,北方部分地区发病率上升。过敏性鼻炎患者为何越来越多?如何有效应对?



耳鼻喉科医生正在检查一位过敏性鼻炎患者的鼻腔。(受访者供图)

## 发病人数大幅增加

9月以来,大量过敏性鼻炎患者涌入内蒙古自治区呼和浩特市第一医院。医院变态(过敏)反应中心门诊多天接诊量超百人,绝大多数是来治疗过敏性鼻炎的。患者孙志敏一大早就赶到医院,但前面已经排了20多人等待叫号。医院走廊里,不时听到打喷嚏声和擤鼻涕声。

“这个病最烦人的是,它不会剥夺你的行动能力,但会让你非常难受。一开始是鼻子、眼睛、耳朵出现状况,时间长了还会影响人的精神状态,干什么事都不痛快。”鼻炎患者王璐说。

呼和浩特市第一医院院长张俊晶说,十年前,当地的过敏性鼻炎患者并不多。这几年一到八九月份,患者扎堆来就诊。“去年高发季,相关科室日均接诊量超过300人。”他用“暴增”形容近年来当地过敏性鼻炎的发病情况:“2019年流调显示全市过敏性鼻炎发病率为19%;到2023年再做流调时,发病率已升至341%。”

内蒙古自治区卫生健康委员会的研究显示,全区过敏性鼻炎发病率为32%,远高于我国成人过敏性鼻炎发病率17.6%。陕西、宁夏、北京等地也是过敏性鼻炎高发区。辽宁省辽阳市副市长原阳向记者介绍,目前辽阳市过敏性鼻炎发病率超30%。根据陕西省榆林市过敏性鼻炎流行病学调查(2020年版),榆林城区过敏性鼻炎患者比例达27.3%。

北京同仁医院院长张罗带领团队长期进行

过敏性鼻炎研究,研究结果显示,我国过敏性鼻炎患者近年来逐年递增,2021年已达2.4亿人。

除了发病人数大幅增加,过敏性鼻炎也呈现低龄化趋势,持续向儿童蔓延。首都医科大学附属北京儿童医院过敏反应科主任向莉介绍,医院曾在1个月至2个月的新生儿中诊断出过敏性鼻炎患者。

## 为何患者越来越多?

首都医科大学附属北京世纪坛医院变态(过敏)反应中心主任王学艳解释称,过敏性鼻炎是由特定个体暴露于某些过敏原时引发的一系列免疫反应。业内专家认为,过敏性鼻炎发病率增长与环境因素密切相关。

近些年,北方各地植被覆盖率显著提升,植被种类更加丰富,除了蒿属类植物,蒺藜、葎草、沙葱、圆柏等植物也成为过敏性鼻炎的诱因。

北方地区长期大面积种植蒿属类植物,一些地区种植占比超过60%。中国科学院植物研究所研究员白永飞介绍,蒿属类植物花粉是北方地区秋季的主要过敏原,通过风媒引发过敏症状。

内蒙古自治区人民医院秋季接收的患者中,超过80%为蒿属类植物花粉过敏。内蒙古多家医院的检测数据表明,绝大多数过敏性鼻炎患者因蒿属类植物花粉而受到困扰。

此外,受气候变化影响,过敏原植物的花期提前并延长。市区内植被越来越多,城市里的花粉浓度增大,“花粉围城”问题凸显。

有专家认为,一些城市树多草少,部分土

地裸露、硬化,不利于花粉附着、滞留,一定程度上导致城市居民过敏性鼻炎发病率上升。

同时,生活方式改变、饮食结构变化等也会增加过敏性疾病的得病概率。呼和浩特市第一医院变态(过敏)反应中心副主任李艳飞说,现在人们长期在室内活动,免疫系统没有得到足够锻炼,空调、暖气等使用增加,过多摄入高糖、高盐、高脂肪食物等,都可能诱发过敏性鼻炎。

多位医生认为,近年来有关过敏性鼻炎的科普宣传持续加力,更多人开始主动来医院检查诊疗,过敏性鼻炎的发现率、确诊率也相应提高。

## 多管齐下,防治结合

业内专家认为,过敏性鼻炎发病率持续上升,仍需进一步提升公众对该病及其危害性的认知。比如,过敏性鼻炎可能发展为支气管哮喘、变应性结膜炎、慢性鼻窦炎等疾病。

首都医科大学耳鼻喉学院副院长、主任医师王宇宇说:“40%至60%的过敏性鼻炎患者会发展为过敏性哮喘,严重的哮喘会危及生命安全。”

目前,我国针对过敏性鼻炎的治疗方式包括药物治疗、手术治疗和免疫治疗等。其中,免疫治疗通过逐渐增加患者对过敏原的耐受性来减少或消除过敏反应,是临床上推荐使用的方法。

北京大学人民医院耳鼻喉头颈外科主任医师邢志敏表示,免疫治疗效果较为显著,但存在药品单一、疗程长、费用贵等问题。比

如免疫治疗药物黄花蒿花粉变应原舌下滴剂,需要患者舌下含服,坚持治疗2年至3年,每年费用在1万元左右,暂未纳入医保。

王学艳说,医疗供给与庞大的过敏人群并不适配。“国内大部分公立医院没有设立专门治疗过敏性疾病的变态(过敏)反应科,专业医师不足400人。”她建议加大免疫治疗药物研发,完善医保报销政策,同时推进变态(过敏)反应学科建设,壮大专业医疗诊室和医师力量。

过敏性鼻炎“防”与“治”同样重要。记者了解到,一些发达国家已经建立全国性气传致敏花粉监测网,常年监测并向社会提供花粉日报。我国花粉监测工作近几年在一些过敏性鼻炎高发城市铺开,监测点数量有限,布设专业化程度有待提高,多部门监测存在结果不一致等情况。

白永飞表示,应强化部门联动,进一步提升对致敏花粉监测与预警的精准度,加强对“天空地”一体化花粉监测与预报的科研攻关,将天上的卫星遥感技术、空中的无人机使用、地面的植被调研结合。

考虑到播种蒿属类植物与过敏性鼻炎高发的相关性,多位专家建议,优化调整种植物种,选择替代性植物。对于已形成种植面积过敏原植物,利用2年至3年进行集中清理。

专家提醒,出现过敏性鼻炎症状,应尽早就医,科学治疗。“平时可以加强锻炼,提高机体免疫力。”邢志敏说。

(新华社呼和浩特10月22日电)



# 霜降

## 霜降时节阴气凝 健脾润燥防寒凉

新华社北京10月22日电(记者 田晓航)10月23日迎来今秋最后一个节气“霜降”。中医专家提示,“霜降”到来意味着天气已经变得寒冷,感冒、咳嗽等上呼吸道疾病多发,人们可能会出现皮肤、口唇干燥等情况,此时养生防病重在健脾、润燥、防寒。

古籍《月令七十二候集解》中说:“九月中,气肃而凝,露结为霜矣。”霜降是秋冬之间的过渡性节气,天气越发寒冷,开始有白霜出现。

首都医科大学附属北京中医医院肿瘤科副主任医师程培育介绍,根据中医理论,秋季对应肺脏,此时人体精气通过肺的下降功能潜藏到肾,养生防病应注重敛藏精气、内收阳气、涵养阴精,注意防寒保暖。今年下半年偏燥,因此还要更加注意润燥。

俗语说:“秋冬进补,来年打虎。”霜降时节适当进补,有益身体健康。

“中医认为,牛肉可以健脾补脾,这一时节可适当食用牛羊肉。”程培育说,秋季多燥,一些人更易口唇干燥甚至咳

嗽、痰黏难咳,可多食用具有生津润燥、宣肺止咳作用的梨、苹果、橄榄、白果、枇杷、芥菜、萝卜等食物,饭后适量进食柿子、柿饼也有助于清热、敛肺;同时,减少辛辣食物摄入。

霜降时节,适量的运动有助于提升阳气。首都医科大学附属北京中医医院心血管科副主任医师胡馨说,这一时期可选择轻松平缓、活动量不大的运动项目,比如室内八段锦、太极拳等,不宜大汗淋漓;可待太阳升起、气温升高时再出门锻炼;适当进行快走、慢跑等有氧运动,可提升心肺功能,增加机体耐寒能力。

深秋草木凋零,容易引起忧郁、伤感情绪。中国中医科学院西苑医院治未病(体检)中心主任医师郎娜说,此时节饮用由玫瑰花、茉莉花、白梅花组成的三花茶,有助于疏肝解郁、宽胸理气。

专家特别提示,霜降天寒,老年人要注意保护腰椎、膝关节,适时增减衣服,戴口罩预防呼吸系统疾病。既往这个季节有过敏性疾病、对冷空气过敏的人群,可以提前在医生指导下口服中药以减轻症状。

新华社发 吴思颖