



繁花季来临,花粉过敏要早防

□ 本报记者 高文婷 通讯员 张晓茜

春日阳光明媚,鲜花盛开,柳枝吐绿,市民纷纷走出家门踏青赏花。昨天,记者从我市部分医院获悉,踏青时接触花草草,因花粉、紫外线、灰尘等原因引起皮肤过敏的人明显增多。专家提醒,春季踏青赏花要注意预防过敏。

皮肤过敏病人成倍增加

清明小长假第二天,陈大姐带着儿子到公园赏景,没想到陈大姐的脸上竟出现几块红斑和一些粟粒大小的皮疹。第三天早上起床时,脸已肿得像加了颜色的红馒头,到医院看了看,结果被诊断为春季皮炎。

无独有偶,上周末,王

女士和朋友一起到郊区赏桃花,回来后面部和颈部等暴露部位出现弥漫性红斑,还伴有剧痒。到医院就诊,诊断为春季皮炎。病因为接触外界花粉、灰尘过敏。

“近些天,前来皮肤科就诊的病人明显增多,和以往相比增加了三四倍,而且绝大多数是儿童和成年女性,颜面再发性皮炎是较高发病情之一。”市中心医院皮肤科副主任医师杨爱勤说,这几天外出踏青花粉过敏的人特别多,主要表现为面部和手背等暴露部位皮肤出现红斑、粟粒大小的皮疹或轻度脱屑,严重的还出现水疱。

紫外线、花粉是诱因

“清明过后,气温进一步回升,各种花粉、真菌等微生物及植物花絮等更加密集,容易导致体质特殊的人群出现过敏。”杨爱勤说,春季皮炎是

一种光感性皮肤病,致病的主要原因是皮肤对阳光中的紫外线过敏。一年四季中,冬季阳光的紫外线含量最低,到春天来临时紫外线含量骤然升高,人们一下难以适应,一旦受到强紫外线照射,即可引起皮肤损伤而发生皮炎。同时春回大地,花香四溢,柳絮飘扬,正是花粉症的高发季节,空气中花粉飘浮量骤增,极易随呼吸进入人体,引起过敏体质者呼吸道、眼部和皮肤的过敏反应。

不要与鲜花亲密接触

南阳市皮肤病专业委员会副主任委员翟立新表示,对于春季皮炎和过敏症,预防重于治疗,应从生活起居、饮食调理和体育锻炼做起。饮食上多食豆制品、糯米制品、芝麻粉、花生、核桃等食物,并增加补充蛋白质,如鸡蛋、虾、鱼肉、牛肉等,它们富含氨基酸,能

增加人体耐寒能力,再搭配粗粮和水果、蔬菜,营养更均衡。

翟立新建议,有过敏史的人尽量少去花木茂盛的地方,更不要随便“拈花惹草”;外出郊游时要穿长衣长裤,并带上抗过敏药物,如苯海拉明、息斯敏、扑尔敏等,一旦出现哮喘症状应及时到医院诊治。此外,还应该注意培养良好的生活习惯,要做到生活规律,睡眠充足;经常用冷水洗脸,避免皮肤干燥;避免过度日晒;选择不含浓烈香味、不含酒精等刺激性强的化妆品。

目前,通过改善、纠正过敏体质,调节机体免疫功能,是消除过敏性疾病对人体危害的唯一办法。加强锻炼,适度的运动也可以活化免疫细胞,提升免疫力。③

健康生活 从这里开始

主 编:张文俊
副主编:高文婷
创 意:陈明黎
质 检:杨 凤



上海大众汽车
SHANGHAI VOLKSWAGEN

www.svw-vw.com

无视边界
全新Cross Polo 跨界而来

4月15日全新Cross Polo上市会莅临品鉴。

世界本无条框,人生没有成规。跨出去!冲破条框禁锢,挣脱规则束缚,激情,不是个性,是天性!自由,无需追求,天生就有!驰骋的心不需要舞台,也无所谓跑道。无视边界,世界从此无界!

情满四月天,完美购车季!

Polo家族全系出击,即日起购车,Polo全系赠送原厂太阳膜。此外:

- 购Polo新劲取最低可享8.5折礼包优惠,更有3000元惠民补贴,便携式导航双重大礼,让你开心乐享时尚生活!
- 购全新Polo可享汽车保险或飞利浦音箱二选一大礼包、便携式导航,让你开心乐享风格生活!

上海大众汽车客户服务热线:400-820-1111 产品网站:www.svw-vw.com

Cross Polo
— 无视边界 —



Das Auto.

南阳市恒康汽车服务有限公司 地址:南阳市长江中路779号

销售热线:63118999 24小时服务热线:63118110

南阳市恒康锦程汽车服务有限公司 地址:312国道与独山大道交叉口向东500米

销售热线:61889888 24小时服务热线:61887999