

2025年4月14日 星期一 责编/关菁 美编/杰清 校对/卓敏

沙尘与花粉"双侵袭"关门窗戴口罩

受北方沙尘影响,福州昨出现浮尘,同时花粉浓度持续增高,过敏体质者需做好防护

N 海都记者 林宝珍

据中央气象台消息,受地面大风和沙尘传输影 响,我省西北部等地区可出现扬沙或浮尘天气。沙 尘翻越武夷山脉进入福建,昨日福州出现浮尘。

与此同时,当下正值桑科、荨麻科、松科等花粉 飘散的高峰期,过敏人群呈上升趋势。专家提醒,在 扬尘与花粉"双重夹击"下,过敏体质人群需要加强 防护,谨防过敏症状加重。



杰清/漫画

福州大学附属省立医 院耳鼻喉科陈婷主任医师介 绍,她所在科室开展的福州 花粉浓度监测显示,从3月 中旬开始,福州的花粉浓度 持续上升,以4月1日至7日 为例,花粉浓度达到1993 粒/m³,日均浓度285粒/m³, 都达到了"高浓度"级别。优 势花粉主要来自桑科、荨麻

如何预防沙尘与花 粉? 陈婷主任为过敏体质 人群给出了防护建议:

1. 高峰时段少外出:尽 量避免在沙尘天气和花粉 浓度高的时段外出,尤其是 上午10点至下午4点。

2. 佩戴防护用品: 外出 时务必佩戴医用口罩,最好 是 N95 口罩,能有效过滤 空气中的沙尘和花粉颗粒; 穿着长袖衣物,戴帽子,减 少皮肤暴露;特别敏感者,

浮尘与花粉"联手",过敏风险增加

科、松科、柏科等风媒植物。 近期门诊中,过敏性鼻炎、哮 喘、结膜炎、荨麻疹等过敏性 疾病患者明显增加。

"沙尘与持续上升的花 粉'联手',过敏风险大大增 加。"陈婷说,在扬沙或浮尘天 气,空气中悬浮着大量沙尘颗 粒物,这些颗粒物可直接刺 激呼吸道和皮肤,使呼吸道

黏膜受损,皮肤屏障功能减 弱,易引发过敏反应。而且 沙尘还可能携带花粉、孢子 等过敏原,使过敏物质更易 被人体吸入,过敏几率提高。

首当其冲的便是呼吸 系统。过敏原随着呼吸进 入人体,会刺激鼻腔、咽喉 与气管黏膜,出现鼻痒、咽 痛、咳嗽等症状,对于本身 患有慢性支气管炎、哮喘等 呼吸道疾病的人群而言,会 加重病情或病情复发。同 时,眼睛也是易受损部位,引 发眼干、眼涩、红肿、瘙痒,过 敏性结膜炎的发病几率提 高。再者,皮肤长期暴露在 外,受沙尘和花粉侵袭,屏 障功能受损,干燥、脱屑、起 疹等皮肤问题接踵而至。

戴口罩关门窗,使用抗过敏药物

还可佩戴护目镜,保护眼睛 免受过敏原侵害。

3. 关好门窗: 防止沙尘 和花粉进入室内。有条件的 家庭可使用空气净化器和新 风系统,过滤室内空气,降低 过敏原浓度。定期清洁室内 卫生,使用湿布擦拭家具、地 板,减少灰尘和花粉积聚。

4. 鼻腔和眼部护理:外 出归来,及时用生理盐水冲 洗鼻腔,清除鼻腔内的沙尘 和花粉:若眼睛出现不适,不

要用手揉搓,可用清水冲洗 或使用人工泪液缓解症状。

5. 皮肤清洁与保湿:及 时洗澡,使用温和的沐浴产 品,洗净皮肤上的沙尘和花 粉。洗澡后涂抹保湿霜,保 持皮肤水分,修复皮肤屏障。

6. 合理用药:过敏体质 人群可在医生指导下提前 使用抗过敏药物,如抗组胺 药、鼻用糖皮质激素等,预 防过敏症状发作。若已出 现过敏症状,应根据症状的

严重程度,在医生的指导下 合理用药治疗。

专家特别提醒,老人、 儿童、孕妇以及患有慢性疾 病(如哮喘、慢性阻寒性肺疾 病、心血管疾病)的人群,由 于免疫力较弱,更容易受到 沙尘和花粉的影响,过敏症 状可能更为严重。这些特殊 人群应尽量减少外出,加强 室内防护,严格遵医嘱按时 服药。一旦出现过敏症状或 原有疾病加重,应立即就医。

一天吃五包辣条 男孩吃出麦粒肿

医生提醒,日常生活中需注意眼部卫生与生活习惯

N海都记者 梁展豪

上周,福建省级机关医院眼科门诊数据显示,麦粒肿(俗称"针眼")患者数量较前一周 增长约50%,且呈现"全年龄段覆盖"趋势,既有成年人,也有低龄儿童。福建省级机关医 院眼科林泰南主任指出,饮食不当与用眼卫生问题是近期病例激增的两大主因。

连吃5包辣条,男孩眼睛肿痛

6岁男孩军军(化名) 因频繁食用辣条,一天内连 吃5包后,右眼出现红肿、 疼痛症状。经检查确诊为 麦粒肿。林泰南医生介绍, 该患儿去年曾因长期食用 炸鸡、薯条首次发病,此次 复发与辛辣零食刺激及免 疫力下降有关。通过治疗, 目前炎症已消退。

"麦粒肿是两种腺体在 堵塞后出现的继发的细菌感 染,感染引起腺体急性化脓 性,就会表现出典型的红、 肿、热、痛的炎症反应。"林泰 南医生介绍,一般来说,有四

种情况会导致麦粒肿的出 现。一是有眼睑不洁接触 史:比如经常用脏手揉眼睛, 个人物品,像床单、毛巾等不 洁净;二是眼睑卫生状况不 佳:长期化眼妆、没有及时卸 妆、使用过期或劣质的化妆 品、纹眼线等;三是饮食不

当:经常食用辛辣刺激食物, 容易诱发麦粒肿;四是机体 免疫力差:例如糖尿病患者、 免疫抑制人群等。

值得注意的是,临床上 有部分患者会多次反复发 生麦粒肿,对患者的身心都 造成很大的影响。

防治麦粒肿,从生活细节做起

针对麦粒肿的预防,林 泰南表示,需从日常眼部卫 生与生活习惯入手。第一, 保持手部及眼部清洁,避免 用未洗净的手揉搓眼睛,使 用温和洁面产品清洗眼 周。第二,科学用眼,减少 长时间使用电子产品,每隔 1小时休息并远眺,缓解眼 部疲劳,降低感染风险。第 三,注意化妆品安全,选择 合格产品并彻底卸妆,避免

残留物堵塞腺体;不与他人 共用眼妆工具,防止交叉感 染。第四,调整饮食与作 息,多摄入富含维生素的蔬 果,少食辛辣、高糖及油腻 食物,保证充足睡眠以增强 免疫力。

此外,若出现红肿疼痛 等早期症状,应及时热敷并 就医,切勿自行挤压,以免 引发感染扩散。

血糖没控制好 男子双脚痛到崩溃

日前,通过微创手术植入特殊 电极,缓解疼痛

海都讯(记者 林宝珍)

"疼起来的时候,像有千万 根针在扎,整夜整夜地睡 不着觉。"今年58岁的孙先 生(化名),患有痛性糖尿 病神经病变,夜里,双足经 常出现针刺样、刀割样、烧 灼样疼痛,并伴有麻木。 日前,他在福建医科大学 附属第一医院接受了"脊 髓电刺激技术"后,疼痛得 以长效控制。

据介绍,孙先生15年 前就查出糖尿病,但平常 没有规律服药及监测血 糖,血糖控制情况一直不 佳。3年前,他的双足出现 痛性糖尿病神经病变,而 且疼痛日益加剧,在大剂 量止痛药的维持下,双侧 足底仍疼痛难忍,无法走 路,也令他经常彻夜难眠,

不久前,听闻福建医 科大学附属第一医院疼痛 科开展的脊髓电刺激 (SCS)手术可治疗慢性顽 固性疼痛,孙先生前往就

全面评估后,医院疼 痛科江昊副主任医师团队 为孙先生进行了"脊髓电 刺激长时程植入术"。术 后,孙先生足底疼痛麻木 感明显好转,目前,他已能 慢慢散步。

福医附一医院疼痛科 江昊副主任医师介绍说, 脊髓电刺激是将电极植入 到疼痛部位相应节段的脊 髓硬膜外腔,接收脉冲发 生器发出的电脉冲,干扰 疼痛信号的传递,同时调 控脊髓神经传导与功能, 以达到缓解疼痛和改善血 供等作用。这是一种微创 技术,类似心脏起搏器的 装置,可以短期使用,也可 永久植入体内,常常用于 治疗慢性顽固性疼痛。

一海峡都市教分类广告 **©** 0591-87811583

★ 网址: www.mtpm.com 福建省贸托拍卖有限公司 2025 年 4 月 14 日 受委托,本公司定于 2025 年 5 月 7 日上午 11 时在中拍平台 (paimai.cai 23, org.cn) 采用电 子竞价的拍卖方式举行租赁权拍卖会,通过公 开竞价额定承租人。竞租标的为

- ★ 网址: www.mtpm.com 福建省贸托拍卖有限公司 2025年4月14日

● 公告● 声明_{等信息}登报电话 0591-87811583、87827957

無明刃具(以实物现状为准。 有意竞价者请于2025年4月18日下午5 时前自万保保证金存入旁司账户以银行到账 时间为准1并携带有效证件和银行回执到我司 办理竞架登记手续。 ★展示时间:2025年4月15,16日 ★展示地点:莆田收费站、江阴收费站、渔 溪收费站 ★联系地址:福州市五四路239号物资大 慢7楼

是可形式举行担实会。 拍卖标的:走私服饰、背包和腰包等物品一批

加美術的: 2. 在地區),且亞州區已會物的一加, 克美保证金·人民市伍万元整 考。上述由卖标的反以现状拍卖。委托人、拍卖人所作的关于标的的介绍及有关材料仅供竞买人参 考。上述由卖标的反现或物为准。委托人、拍卖人对标的数量、质量等不承担瑕疵担保责任。 有意变之等。请与拍卖人取系看样,办理相关报名登记手续。 ★展示时间: 2005年4月22日至23日 ★展示时间: 2005年4月22日至23日 ★展示地址:福州市五四路239号7楼 ★联系地址:福州市五四路239号7楼 本联系地址:福州市57871130,18750190547 * 监督电话: 0591-87083259

福建省思进拍卖有限公司 2025年4月14日

〔公告声明●登报电话:0591-87811583〕