

孩子打喷嚏、眼睛痒、起疹子 到底是感冒还是过敏？ 医生教你分辨！

最近，月湖公园游人如织，可对家住湖畔的7岁女孩欣欣而言，每年四五月份却是她最难熬的季节。最近两周，欣欣每天清晨都要用掉半包纸巾，鼻子像失控的水龙头般淌清水涕，夜里翻来覆去被鼻塞折磨得睡不着。

“孩子总说眼睛痒得想揉破眼皮，身上还起红疹子。”妈妈心疼地说，直到前往宁波大学附属妇女儿童医院耳鼻喉科，才查出是尘螨和梧桐树花粉过敏，困扰多年的怪病总算真相大白。



医生在门诊中。

1 过敏还是感冒，四个区别要认清

最近，宁波大学附属妇女儿童医院耳鼻喉科过敏性鼻炎患者激增。副主任医师顾宝林介绍，许多家长刚开始都误将过敏当感冒。有位小患者，连吃三周感冒药都不见好，最后才查出是床垫尘螨过敏。

顾医生介绍，过敏性鼻炎患者的喷嚏往往成串爆发，有的患者可连续打上10多个喷嚏，而感冒喷嚏通常单个出现；感冒鼻涕3天后变稠黄，过敏者始终是清水状；感冒常伴咽痛发烧，过敏者则多伴眼

痒、皮疹。最关键的是病程差异：普通感冒多在7天左右痊愈，而过敏的症状往往会持续整个季节。

顾医生提醒，近期气温变化大，又逢花开季节，过敏体质者更要注意，早晨和傍晚花粉浓度最高，建议不要在户外活动；外出时佩戴密闭性好的口罩，骑电动车要戴全包围护目镜；回家后先用生理盐水冲洗鼻腔，外套及时反折收放。

对于居家防护，他建议每周用60℃热水清洗床品，每

月清理空调滤网；室内湿度维持40%-50%，抑制尘螨；过敏季暂不晾晒毛绒玩具。

尘螨是引发过敏性鼻炎的最常见的过敏原，对于过敏体质的患者，可以尝试脱敏治疗，尤其适用于儿童。目前宁波大学附属妇女儿童医院可以通过皮下注射和舌下含服等方式进行脱敏治疗，从而有效提高尘螨过敏人群对尘螨的抵抗能力，减少机体因接触尘螨后引发的过敏反应性疾病。

2 顽固过敏可调“神经开关”

过敏性鼻炎的传统治疗包括抗过敏药、鼻喷激素、脱敏治疗等，但对于部分顽固性过敏性鼻炎患者，药物效果可能有限。近年来，神经调控治疗作为一种新的治疗方法，逐渐应用于过敏性鼻炎的治疗，尤其适用于成人。它通过调节神经系统-免疫系统的相互作用，减少过敏反应，从而改善症状。

顾医生介绍，人的身体里有一套复杂的神经-免疫调控网络。当过敏原（如花粉、尘螨）进入鼻腔时，免疫系统会过度反应，释放组胺、白三烯等炎症物质，导致打喷嚏、鼻塞等症状。神经调控治疗的原理，就是通过特定的物理或电刺激，调节交感神经、星状神经节等关键神经节点，抑制过度活跃

的免疫反应，从而减轻过敏症状。打个比喻，这就像给过度亢奋的免疫系统装个调节阀。

顾医生提醒，约30%以上的过敏性鼻炎患者会在5年到10年内发展为哮喘，因此若出现耳朵闷胀、嗅觉减退或睡眠呼吸暂停等情况，需立即就医，早诊早治，守住呼吸道第一道防线。

记者 程鑫 通讯员 马碟翼

以为是鱼刺卡喉 原来是肿瘤占位

急吼吼上医院拔鱼刺，鱼刺没找到，却被告知喉镜下有肿物，高度怀疑是肿瘤。45岁的陈先生（化姓）连连摇头，表示不可能：“我平时连感冒都很少，不痛不痒的，怎么就长肿瘤了？”近日，奉化区中医医院接诊了这样一个案例。

“医生！快帮我看看，中午吃鱼卡了刺，现在喉咙痛得厉害！”陈先生急匆匆地走进该院耳鼻喉科王文燕医生诊室，一坐下便反复揉着喉咙，连声音都沙哑了：“咳得我胸口都疼，难受死了！”

王文燕仔细观察他的咽喉，在间接喉镜下没有发现鱼刺的踪影，但会厌肿胀明显，表面可见肿物隆起，声门完全不可见。

“这不像鱼刺卡喉，建议进一步检查。”王文燕眉头紧锁。“怎么可能？我喉咙从来没出过问题！”陈先生连连摇头，坚持认为是鱼刺作祟。增强CT检查结果令人心惊：会厌左侧壁肿物占位，高度怀疑是肿瘤。

拿到报告时，陈先生愣在原地：“我平时连感冒都很少，不痛不痒的，怎么就长肿瘤了？”所幸，肿瘤尚未转移，经及时干预，陈先生的工作生活已回到正轨。

该院耳鼻喉科主任孙军达说，喉癌被称为“沉默的杀手”，尤其是声门上型肿瘤，早期有些症状和“上火”、慢性咽喉炎等相似，极易被忽视。比如咽部异物感，成天像有东西卡着，咳不出也咽不下；比如吞咽轻微刺痛；比如干咳、清嗓频繁、非持续性嘶哑等。“当肿瘤长在声带时，因为有声音嘶哑会立刻引起警惕；如果藏在会厌等隐蔽位置，可能仅表现为轻微不适，甚至不痛不痒。”他建议，“年龄大于40岁，出现上述症状，经过规范治疗并无好转，并且病程持续两周以上时，需要引起重视和警惕，及时进行全面细致的喉镜及相关检查。”

有数据显示，早期喉癌5年生存率超90%，而晚期治疗难度大、预后差。而门诊中，孙军达经常遇到害怕喉镜检查而拖延病情的患者，“其实现在的喉镜技术已非常成熟。表面麻醉后基本无不适，3分钟就能完成。”他说，电子喉镜检查可发现微小黏膜病变，高清成像精准锁定可疑组织，而且门诊就可以操作，医保覆盖。

喉癌的高危因素有哪些？孙军达介绍，长期吸烟，发病风险较高，是非吸烟者的3倍-39倍；长期饮酒，发病风险增大，是不饮酒患者的1.5倍-4.4倍；既往有声带白斑、喉乳头状瘤病史者；空气污染，长期接触化学烟雾、生产性粉尘、废气、放射性物质等；EB病毒感染、体内微量元素缺乏等。他特别提到，40岁以上吸烟饮酒人群、长期接触有害物质的人群，建议每年做一次喉镜筛查。

记者 庞锦燕 通讯员 陈怡

体现对患者的用心与温度 这家医院护理人员制作了204份手作卡

用沙漏来形容心梗黄金期的紧迫，将发病时的症状用漫画描绘；8种门诊预约挂号方式集中在一张海报上，用不同的元素和色彩来区别……在护士节来临之际，北仑区人民医院护理部收到了204份由护理人员精心制作的手作卡，用这样的方式将人文关怀切实转化为患者就医体验的提升，让每一位患者都能感受到护理团队的用心与温度。

记者 陆麒雯
通讯员 贺秀君 文/摄



护理人员精心制作的手作卡之一。