

## 氣溫回升花粉濃度升高 專家建議可預防性治療

2020年03月23日 來源：新華網 人民網-人民健康網

北京市氣象局、首都醫科大學附屬北京同仁醫院 19 日 11 時聯合在“氣象北京”微博發佈北京地區花粉實況及花粉濃度稱，18 日北京市花粉濃度監測結果為平均每千平方毫米 7420 粒，濃度為“極高水準”，預計 20 日花粉顆粒數在每千平方毫米 5000 粒以上，仍然處於“極高水準”。

氣象部門表示，北京近期天氣持續晴朗乾燥，氣溫快速回升，春意愈發濃郁，應季花卉爭相開放，導致花粉濃度極高。

根據目前預報，未來幾天，北京天氣晴、微風，花粉濃度將穩定在“極高水準”，特別提醒花粉過敏人群務必強化防護措施，遠離花草繁密地區，謹慎出行。

據瞭解，每年 3 月中旬，北方地區的榆樹、楊柳、柏樹等樹木在還沒有長出綠葉前就先長出花序，每個花序包含大量花粉顆粒，可隨風播散，飄入眼、鼻和口腔後，導致過敏性結膜炎、過敏性鼻炎及過敏性哮喘等疾病發生，可持續 1 至 2 個月。

北京同仁醫院張羅教授研究團隊與氣象專業部門合作，在北京和北方各省建立多個監測點組成的大氣花粉監測網路，監測各地區的春季、秋季花粉濃度，發佈 24 小時、48 小時、72 小時花粉濃度預報產品。

張羅介紹，該項研究還分析過敏性鼻炎患者發病時間與同期大氣花粉濃度，以及氣象要素（如水汽壓、露點溫度等）的相關關係，建立了過敏性鼻炎發病預報方程及發病指數分級，為花粉過敏性鼻炎患者提供發病趨勢的預報資訊。

專家建議，花粉過敏者的防護和治療，通常是清洗鼻腔減少通風、服用抗過敏藥物兩個思路。

北京同仁醫院鼻過敏科主任醫師歐陽昱暉提出，在花粉濃度提高前開始預防性藥物治療，即花粉過敏者可在花粉期到來的前兩周選擇使用抗過敏藥物。

“這可幫助患者的症狀開始時間推遲，或過敏發作時症狀減輕，而這些藥物可一直用到花粉期結束，包括整個預防和治療的過程。”歐陽昱暉說。

專家建議，有過敏症狀的人首先需預約醫院的過敏科（變態反應科）采血檢查並確定過敏原，有的放矢回避過敏原。

不同的植物，根據花期不同，花粉的時間也不一樣。花粉過敏者可在網站查詢讓自己過敏花粉的播散情況，提前採取措施防護。根據植物種類不同，通常北京花粉濃度的第一個高峰是3月中旬至4月中旬、第二個高峰是4月中下到5月中下旬。