

视觉中国

眼睛瘙痒、咳嗽几天突然变成了哮喘、身体某个部位不时会冒出小红点……每到春天，身边总是有朋友被各种各样的过敏症状困扰。“以前从没过敏过，最近这是怎么了？”有朋友表示很苦恼。

询问医生，发现这还真不是个例，而且还与气候变暖有关。《柳叶刀·星球健康》杂志最新一项研究显示，随着全球平均气温的升高，空气中传播的花粉数量一直在增加。此外，气候变暖加重了洪涝和干旱，也间接导致人类过敏发病率上升。事实究竟是怎样的呢？

过敏发病率上升 气候变暖惹的祸？

本报记者 付丽丽

花期变长 花粉过敏原增多

“这种研究有一定的道理，但据科学家测算，近百年全球平均气温最多上升了0.8℃，因此，其对过敏的影响是间接的。”一位不愿具名的呼吸科专家在接受科技日报记者采访时说，全球变暖会导致以前已经死亡的病原体复活、蚊虫滋生会导致虫媒病增加，如疟疾、登革热等。有研究表明，虫媒传染病流行增强的原因主要来自社会和自然环境的改变，全球气候变暖的趋势使得许多热带生物不断扩大分布范围，过去仅在热带地区出现的虫媒传染病，也频频出现在亚热带地区。

再就是人们熟悉的花粉过敏，在湖北省中医院皮肤科副主任医师李恒看来，花粉过敏变得越来越多主要原因是空气中增加了空气中花粉的数量和存在时间，从而导致过敏季节延长。花粉中含有的油质和多糖物质被人吸入后，会被鼻腔的分泌物消化，随后释放出多种抗体，如果这种抗体和侵入的花粉相遇，并大量积蓄，就会引起皮肤过敏。近几年，花粉过敏的发病率有逐年上升的趋势，主要表现为过敏性鼻炎、荨麻疹、湿疹、过敏性结膜炎、

焦虑、环境污染都会导致过敏

“春天过敏病人的数量确实要比其他季节多很多，这可能与户外活动增多有关。”首都医科大学附属北京朝阳医院皮肤科主任医师佟春光说，但除了气候原因，引起过敏的

支气管炎哮喘等。

“花期长，呼吸到的花粉的过敏原就会增多。”上述不具名专家介绍，过敏一般是由于外界的致敏源导致内源性物质如组胺释放增加，这个物质会导致毛细血管通透性增加，器官平滑肌收缩以及腺体分泌增强，从而出现皮肤红斑、瘙痒等表现。

“通俗地说，人体的免疫细胞很多，像淋巴细胞、巨噬细胞等，其组成了人体的免疫系统。免疫系统就像一支军队，上次打败敌人以后，它们会记住敌人的特征，发现类似于上次的病原体侵入后，就会想是不是敌人又来了，然后迅速拉响警报。免疫细胞激活以后，就会产生炎症因子，原本不该激活的因子激活后，免疫因子的数量会急剧增加，从而出现炎症反应，如红肿、发热等。”上述不具名专家说。

除此之外，李恒认为，气候变暖打破了生态系统的平衡，为虫媒、细菌、病毒及各类病原体的寄生、繁殖和传播创造了适宜的条件，加深了流行程度，并且使疾病传播媒介地理分布范围扩大，更高的温度将助长病原体传播至更广阔的区域，引起疾病分布变化。除了导致过敏以外，还可能产生如下疾病：消化系统疾病、肿瘤、心血管疾病、虫咬皮炎、疟疾、晒伤、中暑、白内障等。

因素还有很多。

佟春光介绍，皮肤过敏的常见过敏原有以下四种：吸入式过敏原，如花粉、柳絮、粉尘、螨虫、油烟、油漆、汽车尾气、煤气、香烟等；食入

式过敏原，如牛奶、鸡蛋、鱼虾、牛羊肉、海鲜、以及一些蔬菜、水果等；接触式过敏原，如冷空气、热空气、紫外线、辐射、化妆品、洗发水、洗洁精等；注射式过敏原，如青霉素、链霉素、异种血清等；再就是自身等其他因素，如精神紧张、工作压力、受微生物感染、电离辐射、烧伤等生物、理化因素影响而使免疫系统发生改变，以及由于外伤或感染而释放的自身隐蔽抗原，也可成为过敏原。

李恒也表示，随着人们生活水平的提高，在饮食中摄入了大量的肉、蛋、奶、海鲜等高蛋白食物及辛辣刺激食物，结果导致体内产生抗体的能力亢进，从而使过敏性疾病的发病率增高。另外，因为空气污染、水质污染及大量食品添加剂的应用，导致人们接触更多的抗原物质，促使更多的变态反应性疾病的发生。“随着工作节奏和压力的增加，情绪的抑郁、长期熬夜，导致人体的内分泌发生紊乱，也是过敏性疾病发

病率逐渐升高的一大原因。”李恒强调。

“有研究表明，大气污染确实会导致原有疾病的加重，如慢性阻塞性肺疾病以及过敏性疾病的增多等。”上述不具名专家说，以PM2.5为例，其主要成分是气溶胶，包含多种病原体。一般来讲，气道内含有大量巨噬细胞，它是人体防御第一道防线，像外来颗粒物、粉尘等在进入气道时会被巨噬细胞吞掉。然而，科学家研究发现，PM2.5会导致巨噬细胞自噬，也就是说把自己同类吞掉了，这就严重影响了其清道夫的功能。

此外，PM2.5还会导致抗原呈递功能的丧失。上述不具名专家解释，抗原呈递功能简单说就是遇到一个敌人，会告诉后面战友这个敌人的特征，以引起警觉。但遇到PM2.5时，这种功能就消失了，这样病原体就可以长驱直入，肆无忌惮，造成免疫系统紊乱，从而出现过敏反应。

相关链接

缓解过敏症状 专家这么说

有过敏经历的人都知道，痒起来就如猫在抓心，不胜其烦，该如何缓解呢？

“每个人过敏程度、引发因素都不同，首先要分析找到自己的致敏因素，然后再具体问题具体分析。”佟春光说，借助现代检测手段找到具体的过敏原后，就要尽量避免接触，当然也有一些过敏原不太好找，可以用一些抗过敏药物，以缓解症状。

专家认为，尤为值得一提的是，随着年龄的增大，人们在衰老过程中免疫系统退化，过敏的几率会增加，这是很自然的现象。如果严重影响了日常生活，建议去专科医院就诊，进行必要的药物治疗。同时，也要转变生活方式，平时多注意运动健身，加强锻炼，提高自身

的免疫力。

相对来讲，李恒提出的建议更具体，针对花粉过敏，在春季，尽量在连晴数日，风大的时候减少外出，因为这个时候空气中的花粉含量通常爆表；外出时尽量戴口罩眼镜、着长袖长裤，少接触花草树木，回家后及时洗手洗脸并更换衣物，必要时用生理盐水冲洗鼻腔；少吃鱼虾蟹以及牛羊肉等，辛辣食物及甜食食物也要避免，多吃新鲜的水果蔬菜，但是有香味的蔬菜及水果最好不要吃；在家睡觉及开车时尽量关闭窗户，使用空气净化器；同时，常备一些抗过敏药物，如盐酸西替利嗪、氯雷他定、依巴斯汀、玉屏风颗粒等，花粉含量高的季节可以预防性用药。

专家提示

不健康素食饮食可能伤肾

有观点认为吃素能够起到保护肾脏、降低肾病风险的作用，但一项新研究指出，吃素也有讲究，常吃富含淀粉和糖的素食反而可能会增加肾脏损伤的风险。

《美国肾病学会临床杂志》网络版近日刊载的一项研究说，约翰斯·霍普金斯大学等机构研究人员分析了1.4万多名成年人的饮食习惯和肾功能状况，并对其中一半人开展24年以上的追踪调查。总计4343人在研究期间患上慢性肾病。

研究发现，与很少吃健康素食的人相比，坚持健康素食的人患肾病风险要低14%；与很少吃不健康素食的人相比，常吃健康素食的人患肾病风险会高出11%。

健康素食饮食包括经常吃全谷物食品、苹果、梨、橙子等水果，深绿色叶菜、西兰花、四季豆等蔬菜、坚果、纯天然花生酱等；而不健康素食饮食主要指常吃土豆等富含淀粉的食物，用果汁来代替吃水果，喝含糖饮料，吃糖、蛋糕和巧克力等。

研究人员说，这项研究表明，少吃肉和不健康素食、多吃健康素食，可能有助于保护肾脏，起到延缓肾功能下降和降低肾病风险的作用。

（据新华社）

预防高血压 远离二手烟

韩国研究人员日前在意大利米兰召开的2019年欧洲心脏护理大会上发表报告说，不仅吸烟会增加高血压风险，二手烟也会，而且与二手烟接触时间越长风险越大。研究人员提醒人们，务必远离二手烟。

韩国成均馆大学研究人员针对13万多名不吸烟人士开展的大型研究发现，与不接触二手烟的人相比，在家庭或工作中会接触二手烟的人，患高血压的风险要高13%；20岁后与吸烟者共同生活的人，患高血压的风险会高出15%；接触二手烟10年以上的人，患高血压的风险要高出17%。男性与女性所受影响相当。

研究人员表示，先前已有研究表明，不吸烟人士接触二手烟与患高血压之间存在关联，但这项研究通常规模较小，仅限于女性，并且使用问卷调查。相比之下，这项新研究范围更大，受试者有三分之一为男性，平均年龄35岁，且采用尿检验证受试者是否真的不吸烟。

研究人员提醒，全球仍有超过五分之一的不吸烟人士暴露在二手烟中，禁烟依然任重道远。为预防高血压，不吸烟人士有必要远离二手烟。

（据新华社）

医疗界

我国实施MR技术 辅助腹腔镜十二指肠切除

日前，记者从中南大学湘雅医院获悉，该院肝胆胰外科与中南大学材料学院联袂，启用混合现实技术(MR)辅助，为一名壶腹部肿瘤患者完成了腹腔镜胰十二指肠切除术，开创了国内先河。

据悉，胰十二指肠切除术是治疗胰头癌及壶腹周围肿瘤的准术式。该术式由于脏器切除困难，消化道重建复杂，术后并发症多，而成为腹部外科最复杂、最高风险性的标志性手术之一。腹腔镜胰十二指肠切除术，虽具微创、精准、痛苦轻、术后恢复快等优点，但却是普外科和腔镜外科手术领域难以攀登的“珠峰”。

湘雅医院肝胆胰外科主任龚连生介绍，手术切除范围广，涉及胆管、胆囊、胃、胰脏、十二指肠切除，肝十二指肠韧带清扫。同时，需确保胰肠、胆肠和胃肠三处吻合。

为进一步全面评估和风险判断，龚连生团队与中南大学材料学院刘军教授合作启用了三维可视化重建和混合现实MR技术，将1000多张影像重叠形成的患病脏器三维图像，通过MR技术，把器官及周围重要血管以1:1比例的“实物”进行全息。“MR技术实现了数字模型与人体的自动匹配，医生不仅能辅助判断肿瘤与肠系膜上静脉的复杂关系，及肿瘤的可切除性，还可以模拟手术切除操作，或直接调用出CT图像，任意缩放等基本功能，以及实现高清视频录制、远程手术转播等。”龚连生说。

（记者俞慧友 通讯员罗闻 武海亮）

破解“医养结合”落地难需打组合拳

第二看台

本报记者 过国忠

患病、失智、失能、半失能老人，多年把医院当成“家”，已成为一件屡见不鲜的事。事实上，这些老人虽然无法照顾自己的家人得到了一定程度的“解脱”，但带来的是医疗资源的严重浪费，一些急需入院的危重病人，因没有床位而得不到及时救治。

记者了解到，目前，我国仅失能、半失能老人就超过4000万，他们的养护成为一个社会问题。如何减轻此类老人的家庭照料和经济负担，维护他们的生活质量与尊严，让有限的医疗资源得到有效的发挥，需要全社会的共同努力。科技日报记者近日来到常州市天宁区的常州玖恒爱心养老院，住在这里的几位老人告诉记者，过去，养老院不方便就医，医院里又不能养老。自从去年住到这家“医养结合”的养老院后，自己不用再担心患了病，得不到及时救治，子女也可安心工作，不用经常往返单位、家庭、医院和养老机构之间。

城市老龄化加速，倒逼健康养老服务改革

“当前，我国由于城市老龄化越来越严重，特别是由于一些老年病的高发、易发和突发性，患病、失能、失智、半失能老人的治疗和看护问题，困扰着千家万户。因此，将养老机构

和医院的功能相结合，建设集医疗、康复、养生、养老等为一体“医养结合”的养老院，能够实现社会资源利用的最大化。”多年关注和研究大健康产业发展的常州纺织服装职业技术学院院长洪青说。

记者了解到，早前，国家卫生计生委联合民政部发布了《关于确定第一批国家级医养结合试点单位的通知》，至今已确定了近百个市(区)作为第一批国家级医养结合试点单位。去年11月，在先行先试的基础上，为了加快推广实施“医养结合”新模式，国务院常务会议专门部署进一步发展养老产业、推进医养结合，提高老有所养质量。尤其是针对试点单位中现存的问题，碰到的困难，要求简化医养结合机构设置流程，实行“一个窗口”办理，由相关部门集体办公、并联审批，不能再让市场主体跑来跑去。

同时，还要要求地方做到强化政策支持落实，促进现有医疗卫生和养老机构合作，发挥优势互补，要将符合条件的养老机构内设医疗部门纳入医保定点范围，促进农村和社区医养结合，建立村医参与健康养老服务的激励机制，鼓励医护人员到医养结合机构执业，并在职称评定等方面享受同等待遇。

服务水平参差不齐，亟待解决人才缺口

记者了解到，“医养结合”已成为养老服务最核心内容，最基础的服务模式。令人欣喜的是，近年来，在国家和地方政策鼓励下，一些社会资

本开始进入养老事业。常州玖恒爱心养老院，就是由民营企业投资2800多万元建成的，内设护理院和颐养中心。在现有的350张床位中，其中医保使用床位有50张。“我们按照国家有关部门出台的文件规定，引进专业的医疗护理团队和现代化的医疗设备，让一些患病、失能、半失能老人，在这里得到有效的治疗、康复和看护。”常州玖恒养老护理服务有限公司总经理沈建新说，同时，我们着力营造家庭式的生活环境，方便老人学习、交流、娱乐，以及生日聚餐和节日会客，提供24小时全天候爱心服务。

然而，记者采访中了解到，目前，类似玖恒护理院的民营“医养结合”的养老机构，无论是从医疗设施条件来看，还是从服务能力来说，差别很大。特别是由于创办标准过高，医护人员严重缺乏等，致使运行成本居高不下，床位入住率较低，医疗服务机构层次参差不齐，发展举步维艰。

业内人士告诉记者，按照国家对创办“医养结合”养老机构规定，可以说，“门槛”很高。如开设50张床位以上的，必须拥有1名主任医师、2名副主任医师、护士12人以上。这些“硬指标”达不到，根本拿不到地方医疗卫生主管部门的批文。

用常州工程职业技术学院通识教育教研室主任谢斌教授的话来说，“现在，高层次专业医护人员，别说这些民营“医养结合”的养老机构难以招到，就连一些私立医院和从事培养医护人员的教育单位也很难引进。”谢斌告诉记者，几年前，常州工程职业技术学院就关注大健康产业发

展。为了满足未来大健康产业对专业技能人才的需求，学校在调整专业中，专门设立三年制体育保健与康复专业。当前，亟待解决“医养结合”养老机构医护人才的严重不足问题。

多措并举破难题，提供全面系统专业服务

业内人士认为，“医养结合”，不但要体现医疗服务、健康咨询服务、健康检查服务、疾病诊治和护理服务、大病康复服务以及临终关怀服务，同样要做到生活照护服务、精神心理服务、文化娱乐活动服务。目前，“医养结合”养老机构存在和出现的问题与困难，决不能靠“头痛医头、脚痛医脚”，必须突出问题导向，重点从政策、人才等方面，多措并举破难题。

“目前，送到我们‘医养结合’的养老机构的老人，并不是危重病人，绝大多数是长期患有慢性病，或者失能、半失能，家里难以照顾的老人。假如说，完全按照乡镇医院以上要求配置，‘医养结合’的养老机构的‘压力’，确实非常之大。应该从实际出发，从实际需求出发，制定更合理的管理标准和管理机制。”沈建新说。

洪青建议，“医养结合”的养老机构，是一个新生事物。要通过深化产学研结合，来共同培养医护人员，解决医护人员不足、医护人员素质偏低等现实问题。同时，要善于应用互联网、物联网等现代信息技术，提升医疗与服务能力，实现运营标准化、管理信息化、服务精准化，推进医养结合走向高质量发展轨道。



（本版图片除标注外来源于网络）

扫一扫
欢迎关注
唠唠健康
微信公众号