

专家坐堂

痒! 过敏性结膜炎惹人烦

□ 受访专家: 上海市眼病防治中心 丁琦副主任医师

眼下,春光明媚、百花争艳,正是踏青游园的好时节。春游不仅能让人身心愉悦,还可以放松双眼、缓解疲劳。不过,空中飘散的花粉、满天飞舞的柳絮、宠物的毛发、灰尘中的尘螨等都可能成为过敏原,诱发过敏性结膜炎。

过敏是指人体的免疫系统对外来物质过度敏感,激发免疫系统异常活动,最终造成一系列过敏性伤害的一种变态反应性疾病。丁琦介绍,发生过敏有两个因素:一是过敏体质,二是接触了过敏原。过敏性结膜炎是结膜对过敏原刺激产生超敏反应所引起的一类疾病。在我国,常年性过敏性结膜炎和季节性过敏性结膜炎占有过敏性结膜炎患者的74%。尤其是在花草树木争奇斗艳的春天,空气中弥散花粉颗粒,是过敏性结膜炎高发的主要因素。

“常年性过敏性结膜炎和季节性过敏性结膜炎以I型超敏反应为主,结膜及炎症细胞增生性病变极少。I型超敏反应亦称为过敏反应,发生迅速。在接触致敏原时发作,脱离致敏原后,症状很快就会得到缓解或消失。”丁琦指出,“I型超敏反应主要由特异性IgE抗体介导产生,肥大细胞和嗜碱粒细胞参与过敏反应,常引起生理功能紊乱,但几乎不发生严重组织细胞损伤。”

奇痒无比,难以忍受

痒!痒!痒!过敏性结膜炎的主要症状是眼睛痒,甚至是奇痒难忍,患者要不断揉眼、频繁眨眼,才能得以缓解。少数患者还会出现异物感、烧灼感、流泪、畏光等症状。

丁琦介绍,过敏性结膜炎的结膜囊分泌物以白色黏液性分泌物为主,可伴有不同程度的结膜水肿。季节性过敏性结膜炎则以结膜充血、水肿为主,一般无结膜乳头。春季,角结膜炎患者的上眼睑结膜充血、肥厚,可以出现大的扁平乳头,似卵圆形铺路石,角膜缘呈胶样隆起,严重者可合并角膜盾形溃疡。

三大预防措施任君选择

避免接触过敏原 由于结膜暴露在外,容易与空气中的花粉、尘螨、动物羽毛,以及感染细菌和其他微生物等过敏原接触,从而引起过敏反应。过敏性结膜炎患者应尽量避免、减少接触过敏原,或远离过敏环境。如:花粉过敏的患者在出游野外踏青赏花时,可戴上防护眼镜;尘螨过敏的患者要注意家庭卫生,家中不要堆放过多的杂物;宠物皮屑过敏的患者应尽量远离宠物;霉菌过敏的患者要尽量保持家里环境干燥。

使用预防性药物 在过敏性结膜炎高发的春季,可使用人工泪液稀释过敏原,预防性使用抗过敏药物。另外,眼部清洁及冷敷能在一定程度上减缓眼痒等不适症状。

注意眼部卫生 眼部不要使用化妆品,也不要用手揉眼睛。另外,要尽量避免佩戴隐形眼镜等角膜接触镜。出行时,可戴防护眼镜或太阳镜,以减少眼睛接触过敏原。

有效治疗并不难

药物治疗 临床上以局部治疗为主,可局部滴用抗过敏眼药水。常用的有抗组胺药、肥大细胞稳定剂、非甾体类抗炎药、血管收缩剂等药物。对于病情严重、病情反复迁延,或使用其他药物治疗无效的患者,可考虑短期使用糖皮质激素。丁琦提醒,糖皮质激素药物的使用时间不宜过长,应注意密切随访观察,以免引起白内障、青光眼、真菌感染、角膜上皮愈合延迟等并发症。对于重度过敏性结膜炎,尤其是不耐受糖皮质激素药物的患者,可考虑使用免疫抑制剂的限用制剂。另外,症状严重者可服用抗过敏药物。

脱敏治疗 由于每个人的体质不同,想要确定自己对哪些物质过敏,可去医院做过敏原测试。在明确致敏原后,可考虑接受脱敏治疗。

丁琦指出,积极采取预防措施是应对过敏性结膜炎的最佳方案。愿大家都能在和煦的春光里尽情欣赏花开花落、云卷云舒的自然美景。

记者 瞿乃婴 通讯员 张丹琪



专家名片:

丁琦,上海市眼病防治中心副主任医师,专攻白内障、青光眼、眼表疾病和眼整形美容的诊治,对复杂白内障超声乳化和青光眼的手术治疗,以及眼科整形美容手术方面亦颇有心得;擅长白内障、青光眼、眼整形美容及眼表疾病的诊治。

专家门诊:周一下午,周二、周五上午

上海市预防医学会专栏

警惕钉螺出没

气温回暖,各种平日不常见的小动物都活跃了起来,从“阴暗角落”走到了“光天化日”之下,如壁虎、蜻蜓、蜗牛等。但在窗台下发现的钉螺却不那么友善,它可是会传播血吸虫病的。

钉螺和血吸虫病有什么联系呢?这就从血吸虫的生活史说起,共包括成虫、虫卵、毛蚴、胞蚴、尾蚴和童虫6个阶段。

●成虫寄生于人或哺乳动物的肠系膜静脉血管中,雌、雄抱合,交配产卵,虫卵随血流沉积于肝脏、肠壁血管内和周围组织。

●分布于肠壁组织中的部分虫卵由肠壁破溃组织进入肠腔,随粪便排出体外。这时,虫卵内已发育有毛蚴,毛蚴在水中孵出并游动,遇到中间宿主钉螺能主动侵入,在螺体内经无性生殖形成大量的尾蚴。

●尾蚴自螺体逸出,进入水中,当人、畜接触疫水,尾蚴可主动侵入皮肤成为童

虫。童虫随血液循环到肝门静脉和肠系膜静脉定居,并发育为成虫。雌、雄成虫交配产卵进行新一代有性生殖。

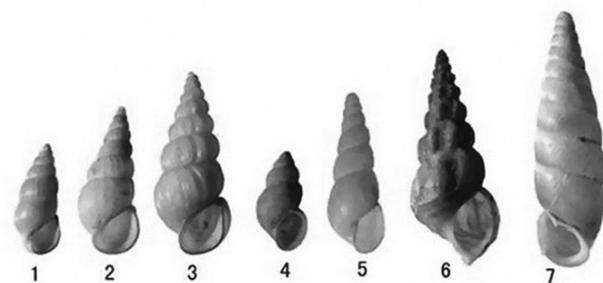
感染血吸虫后,若不及时彻底治疗,经过10~20年可发展为晚期。晚期血吸虫病人会极度消瘦,出现腹水、巨脾、腹壁静脉曲张等严重症状。

钉螺多分布于有杂草生长的潮湿泥土上,如河岸、灌溉沟渠、林地和田地的排水沟等环境。

那么,钉螺究竟长什么样子呢?钉螺比较粗壮,螺长不超过1厘米。需要提醒的是,在我国南方分布广泛的烟管螺很容易与钉螺混淆。烟管螺并没有什么危险性,也不会传播血吸虫病。它的身体比较细长,约1~1.5厘米。另外,螺旋的方向不同,烟管螺左旋,钉螺右旋;烟管螺的螺壳光滑、饱满,钉螺螺壳有纵向纹路,较粗糙。

解放后,为应对严峻的血吸虫病疫情,我国开展了长时间的人群和家畜血吸虫病查治,以及大规模的灭螺行动,有效控制了疫情的发生。不过,目前部分地区还有钉螺活动的迹象。市民若发现可疑螺,请及时与所在区的疾控中心或社区卫生服务中心联系。

上海市疾病预防控制中心
伍晨 顾天敏



1. 山丘型钉螺 2. 水网型钉螺 3. 湖沼型钉螺 4. 拟钉螺
5. 细钻螺 6. 方格短沟螺 7. 烟管螺

平日里,年轻白领瞿先生除了喜欢抽烟外,没有其他不良嗜好,还热衷于慢跑和健身。可近期他在运动时,时常感觉腿疼难忍。经检查,医生推断他可能是脉管炎的前期患者,患病原因与长年吸烟有关。瞿先生这就纳闷了,只听说过吸烟会导致气管炎、肺炎,这脉管炎是啥?

脉管炎的全称为血栓闭塞性脉管炎,是外周血管病的一种,也是血管壁本身的一种炎症表现。患脉管炎的血管壁由里及外“全层”参与病变。内层的炎症性改变造成血管腔狭窄;中层改变使肌肉僵化、弹性差;外层血管周围的神经、外膜、肌肉也同时参与炎症性改变,产生间歇性跛行、静息痛、患肢营养障碍、游走性血栓性浅静脉炎等一系列症状。该病多发于40岁左右的青壮年男性,若治疗不及时,发展到晚期则会面临截肢的危险。

那么,吸烟与脉管炎究竟有什么关系呢?脉管炎的病因可能与大量吸烟、寒冷刺激、内分泌紊乱及外伤感染有关。临床发现,吸烟与脉管炎的起病和演变有着密切关系,吸烟程度与发病亦有密切关联。

吸烟者血液中的烟草糖蛋白较非吸烟者明显增高,烟草糖蛋白可以引发细胞和体液免疫反应,促使脉管炎发生。如果长期大量吸烟,可引起肢体动脉处于持续性痉挛状态,从而发生血管壁的营养障碍、血

烟熏「脉管炎」

管内膜增生、炎症,逐渐形成血栓和血管闭塞,造成肢体血液循环障碍。

此外,吸烟者血液中过多的一氧化碳还可使动脉血管内膜处于低氧状态,血管的通透性增加,血液中的有形成分沉着于血管壁,使管腔变窄。同时,一氧化碳与血红蛋白结合形成的碳氧血红蛋白的浓度升高,致使血液黏稠度增加,影响血液在小血管内的流速,极易形成血栓,造成血管阻塞。

据统计,在血栓闭塞性脉管炎患者中,吸烟者占60%~95%。戒烟可使病情缓解,再度吸烟又可使病情加重。可见,吸烟可能是引起周围血管疾病的一个重要因素。

此外,吸烟者患四肢、手臂、腹部或肾脏血管疾病的风险也较非吸烟者高,这些血管疾病与血栓闭塞性脉管炎统称为外周血管疾病。多数外周血管疾病患者可通过改善生活方式、使用药物或二者结合进行治疗,但首要措施就是彻底戒烟。

俗话说:“要烟不要腿,要腿不要烟。”脉管炎患者往往在足部疼痛、烦躁不安时,企图借助吸烟来止痛消愁,这无异于饮鸩止渴。烟草中的有害物质只会使血管痉挛、阻塞更加严重,不仅不能止痛,反而会加重症状,得不偿失。

上海交通大学医学院附属瑞金医院
呼吸与危重症医学科 周剑平