

过敏多发“元凶”就在身边

新华社记者田晓航

2023年8月7日至13日是第八个“中国过敏防治周”，今年的主题是“关注气候、环境和生活方式变化，预防过敏”。权威专家表示，除了气候和环境因素以外，现代生活方式中的许多因素日益成为诱发过敏的“元凶”；增强对过敏性疾病的认识、主动规避过敏诱因，方能减少过敏性疾病发生。

多种过敏性疾病高发，低龄患者明显增多

“过敏性疾病已成为全球公共卫生问题。”中国医师协会变态反应医师分会会长尹佳介绍，近年来，全球过敏性疾病的发病率显著升高；我国气道过敏、皮肤过敏和食物过敏的患者都在迅速增多，部分地区花粉症的发病率已经超过20%。

尹佳说，低龄人群发病，尤其是低龄儿童食物过敏和特异性皮炎明显增多，这是我国过敏性疾病多发的一个显著特点。

同时，从诱因来看，霉菌成为儿童过敏性哮喘的重要诱因，甚至超过了尘螨；花粉过敏在北方各个地区发病明显增加。从类别来看，食物过敏和严重过敏反应越发多见，多重过敏患者增多。

为何过敏的人越来越多？尹佳认为，饮食、空气污染、药物、化学消费品、生活方式、气候、生物多样性、城市化、社会经济因素等外部环境因素，由代谢和炎症导致的身体内化学环境因素等，最终引起过敏性疾病发生和增多。

气温升高、气候变暖、极端天气增加使花粉季延长，花粉产量增大，在空气中浓度升高；极端天气导致的洪涝使大面积居住区域被水浸泡，空气中霉菌含量增高……正是气候、环境和生活方式的改变，让更多过敏原同人们“亲密接触”。

现代生活方式增加过敏原

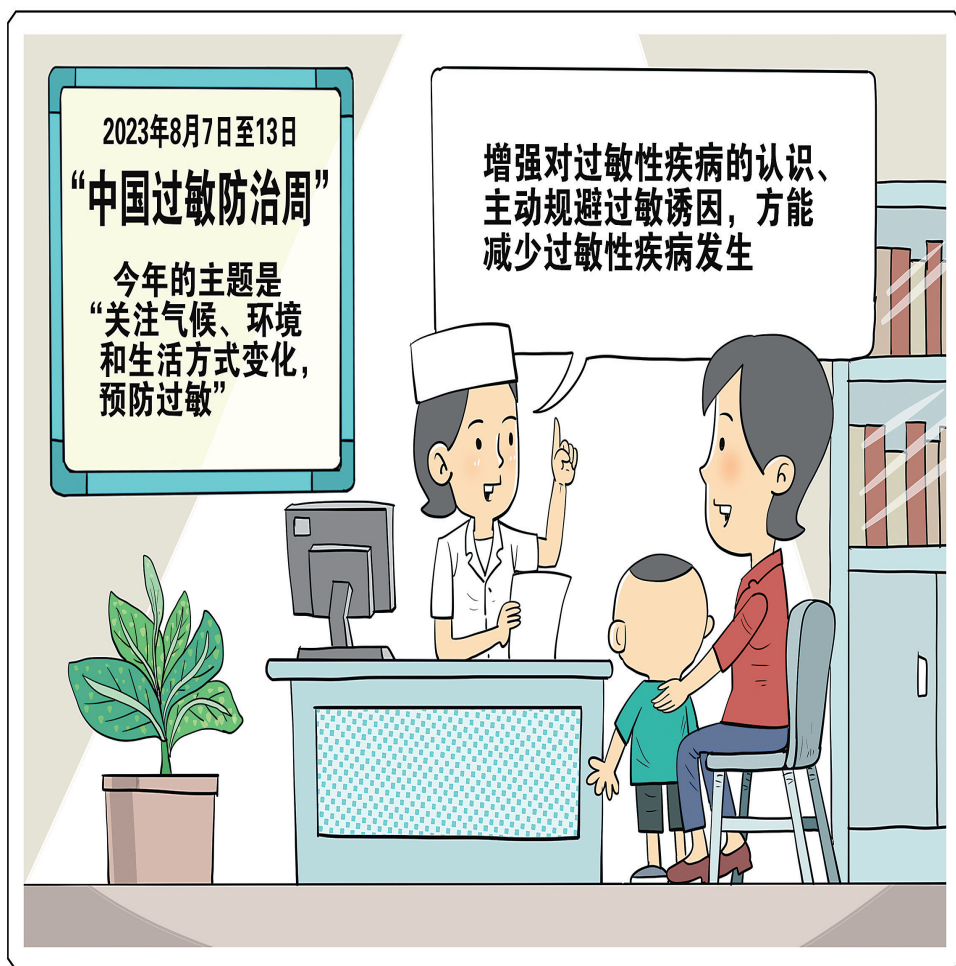
北京协和医院变态反应科主任医师关凯曾遇到这样一位患者：她在洗发后经常在头面部出现过敏性皮疹，为此更换了二十余种品牌的洗发水，但症状依然反复出现。这位患者做了详细的过敏原检测，结果显示是普遍存在于洗发水里的一种防腐剂“甲基异噻唑啉酮”导致了她的过敏。

“人体的上皮屏障是机体防御外界过敏原的第一道防线，而新型化合物加剧了上皮屏障的损伤。”关凯介绍，根据在国际上被广泛认可的“上皮屏障假说”，由工业化、城市化等导致的环境改变，使得皮肤上皮、呼吸道及消化道黏膜上皮屏障发生改变，导致菌群紊乱、微生物移位，激活局部免疫炎症，从而带来过敏及自身免疫性疾病。

频繁使用各种日常洗涤用品、果蔬餐具洗洁精，破坏了天然的皮肤保护屏障和消化道自然屏障，使各种皮肤过敏和食物过敏出现；饲养宠物也有可能致敏，甚至能诱发过敏性哮喘……

专家普遍认为，包括使用食品添加剂、化妆品、洗涤用品等在内，远离自然的现代生活方式中，到处潜藏着致敏因素。

“我们在门诊检测发现，几乎多一半的病人维生素D3水平低于20纳克/毫升，说明很多人缺少户外运动。”尹佳说，要阻断过敏性疾病高发进程，人们应当增加亲近大自然的活动。



新华社发 朱慧卿 作

调整生活方式，医患携手应对过敏

过敏原虽然种类繁多，但仍可通过预防来有效规避。

关凯举例说，洗澡时不宜过分搓洗皮肤；使用洗发水、沐浴露、洗涤剂后，应尽可能将其冲洗干净，必要时涂抹润肤霜；手洗衣物时可戴橡胶手套，减少接触洗涤剂；机洗衣物时，洗涤剂应适量；不要让皮肤破损处接触日用品。

“低龄儿童是预防过敏的‘重点保护对象’。”关凯说，低龄儿童皮肤较成人更薄，一旦皮肤屏障出现异常，则更易出现湿疹等过敏问题，因此尤其要注意保护他们的皮肤，如穿戴柔软衣物、使用防腐剂较少的婴幼儿专用护肤品等。

正确识别过敏现象，也是阻止过敏发生和发展的重要前提。

关凯介绍，日化品中的香料、防腐剂、表面活性剂等长时间停留在皮肤表面容易引发过敏，表现为皮肤瘙痒、红斑、皮疹等。如果

外用某种日用品、食用某种食物或药物后总是伴随相同症状反复出现，应怀疑可能为过敏反应。

专家表示，由于可能致敏的成分种类繁多，患者往往只能在发病后倒查原因、做过敏原检测，继而接受针对性治疗，因此，减少过敏性疾病发生，既需要患者日常留心观察、学习过敏知识，也需要基层医生提升过敏性疾病的诊治水平。

针对我国变态反应专科医师数量相对不足、基层医疗机构防治力量薄弱的问题，日前，北京协和医学院培训中心联合中国医学科学院、北京协和医院变态反应科等共同发起成立北京协和过敏培训云学院，将通过人才教育培训、学科教学实践基地探索、数字医学教育等方式，帮助基层医疗卫生机构提升过敏性疾病诊疗水平。

新华社北京8月7日电

粤港澳联合监测显示：珠三角空气质量持续改善

新华社香港/澳门8月7日电（记者褚萌萌、刘刚）粤港澳珠江三角洲区域空气监测网络7日发布的2022年空气质量报告显示，珠江三角洲地区的二氧化硫、二氧化氮、颗粒物PM10、颗粒物PM2.5和一氧化碳五种空气污染物均呈长期下降趋势，空气质量持续改善。

报告显示，与2006年相比，2022年录得的二氧化硫、颗粒物PM10和二氧化氮的年均浓度值分别下降86%、52%和45%。与2015年相比，2022年录得的一氧化碳和颗粒物PM2.5的年均浓度值分别下降16%和38%。不过，2022年臭氧年均浓度值较2006年上升39%，反映区域光化学污染尚待改善。

该区域空气监测网络自2005年11月启动，由位

于广东省、香港和澳门共23个空气监测站组成，监测六种主要空气污染物。广东省生态环境监测中心、香港特区政府环境保护署、澳门特区政府环境保护局及地球物理暨气象局分别负责三地监测子站的协调、管理和运作，发布珠三角地区相关监测数据和结果，并进行空气污染的长期趋势分析。

香港特区政府环境保护署（环保署）介绍，为持续改善区域空气质量，香港特区政府与广东省政府已完成《2020年后区域空气污染物减排目标和浓度水平研究》，为未来合作处理臭氧问题定下方向。粤港澳三地政府还正在进行《大湾区光化学臭氧污染及区域和跨区域传输特征研究》，为制定控制臭氧策略提供科学基础。

环保署表示，香港特区政府在2021年先后公布了《香港电动车普及化路线图》《香港清新空气蓝图2035》及《香港气候行动蓝图2050》，引领香港争取于2050年前实现车辆零排放和实现碳中和。目前正在逐步落实各项措施，包括推动使用电动车和其他新能源车辆、绿色运输、零碳能源等。

澳门特区政府环境保护局表示，特区政府按照《澳门特别行政区经济和社会第二个五年规划（2021-2025年）》及施政方针的相关工作，在改善空气质量方面推出一系列措施，包括持续检讨和优化进口新车辆及在用车辆的尾气排放标准、通过资助计划鼓励车主淘汰较高污染的老旧车辆、积极推广使用电动车并完善相关配套设施等。