

# 春季过敏来袭 如何防治

02 优化家庭健康服务  
促进全社会健康素养水平提高

“健康家+”系列直播是福建省计划生育协会为落实家庭健康促进行动工作要求,联合福建卫生报推出的系列直播,通过专家在线科普健康热点问题、互动提问等多种方式,充分发挥计生协会在家庭健康促进的积极作用,树立基层群众健康意识,普及健康的生活方式,提升家庭健康素养水平。

近年来,福建省计生协会贯彻中国计生协《关于开展家庭健康促进行动的通知》和健康福建办《关于推进家庭健康促进行动的实施意见》要求,深入开展家庭健康促进行动。目前,全省已建立家庭健康服务中心49个、健康驿站139个;2023年投入省级专项资金140万元,在14个县(市、区)开展家庭健康促进行动项目试点工作;全省各级计生协会共开展家庭健康促进宣教和主题推进活动3819场(次),参与人次476429万;深入开展“健康知识进万家”、“健康家庭示范户”评选、全省家庭健康知识线上有奖竞答等活动;针对“一小”、“一青”、“一老”、“一特”群体,分别推出覆盖“全生命周期”的家庭健康服务举措,在全省普及健康生活方式,优化健康服务,促进全社会健康素养水平的提高。

□本报记者 陈坤

春夏之交,空气中的过敏原骤然增多,敏感性体质人群倍感困扰,常出现打喷嚏、咳嗽、皮肤瘙痒等症状。生活中常见的过敏原有哪些?过敏性疾病患者有哪些防治措施?

4月28日,福建省计划生育协会邀请福建省立医院耳鼻咽喉头颈外科主任医师陈婷,副主任医师郑昊参与家庭健康促进行动“健康家+”直播,科普春季过敏如何健康防护,截至目前全平台观看人次已超26万。



## 01 四招找出过敏原 防治主张“四位一体”

陈婷主任说,春季过敏会导致过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、过敏性咽喉炎、上气道咳嗽综合征、支气管哮喘等常见病症,以及皮肤的症状,如特异性皮炎、湿疹、荨麻疹等。

判断过敏原,首先可以根据身体反应和主观感受。如果无法确定,可以借助一些医学手段。

郑昊医生说,目前有几种方法可确定自己的过敏原:一是过敏原皮肤点刺试验;二是血清特异性IgE检测;三是鼻激发试验。

弄清自己的过敏原之后,就要做到回避过敏原。

陈婷主任提醒,比如对花粉过敏者在花粉播散季节,要减少户外活动;出门要记得佩戴口罩、眼罩、鼻腔阻隔剂等,回家进入室内前应把自己身上和头发上的花粉清理干净,进入室内后洗脸漱口,可以每天用温生理盐水清洗鼻腔,能够减少鼻腔内花粉蓄积,降低鼻腔黏膜敏感程度;对螨虫过敏者应保持室内环境清洁干燥、定期打扫卫生,多开窗通风,枕头床单被套、毛绒玩具、毛衣毛裤要常晾晒勤清洗,同样家里地毯、纺纱布艺沙发、床垫等也要进行相应的除螨措施;对动物皮毛过敏者最好停止饲养宠物,或将宠物养于户外,使其远离卧室,并

注意清洁宠物及其环境。对霉菌过敏者应避免生活在潮湿的环境内,室内勤通风,保持干燥,避免摆放盆栽等,减少霉菌滋生的可能性。

得了过敏是不是就不去治疗?实则不然。

郑昊医生用八个字总结,即“四位一体,防治结合”,包括回避过敏原、药物治疗(一线治疗药物包括鼻用糖皮质激素、口服和鼻用抗组胺药、白三烯受体拮抗剂,二线治疗药物包括肥大细胞膜稳定剂、鼻用减充血剂、鼻用抗胆碱药等)、免疫治疗(脱敏治疗,尤其是对儿童),健康教育等。

# 越来越多肿瘤患者获益免疫治疗



□本报记者 杨晨声

近年来,肿瘤免疫治疗已经成为多种肿瘤重要的治疗手段之一。越来越多的肿瘤患者获益于免疫治疗。

4月25日,福建卫生报《医生我想问》栏目邀请福建医科大学附属泉州第一医院肿瘤内科主任医师李晓峰来到直播间,和大家探讨肿瘤免疫治疗。截至目前,多平台观看与回看人次超21万。



## 01 新型免疫治疗的方法是使免疫功能正常化

肿瘤免疫治疗一直是抗癌研究和治疗领域的大热门,这种治疗方法提高患者的免疫力吗?

李晓峰解释,免疫治疗顾名思义是通过干预人体免疫功能来治疗肿瘤。

与之前以增强患者免疫功能为主的治疗方法不同,科学家发现,在肿瘤细胞和人类免疫系统的博弈中,肿瘤细胞可以通过向免疫细胞发送抑制性信号来逃避免疫细胞的攻击,于是发明出可以封闭这条抑制性信号通路的药物,从而恢复免疫细胞对肿瘤细胞的杀伤作用。

这种治疗方法,就是目前广泛应用于临床的新型肿瘤免疫治疗手段。

## 02 目前肿瘤免疫治疗最直观的优点

广谱 只要肿瘤细胞是通过PD1-PDL1这条抑制性通路,逃避免疫细胞攻击的,理论上都可以从这种治疗中获益。

持久 肿瘤免疫治疗如果有效,就能持久杀伤肿瘤细胞,部分晚期患者可以长期得到控制甚至治愈,还可能彻底清除体内残留肿瘤细胞和微小转移灶。

低毒 副作用相对比化疗小,特别是患者的直接感受较好,基本上不会出现恶性呕吐等明显不适症状。

李晓峰介绍,针对PD1-PDL1检查点的新型免疫治疗,证明对多种肿瘤有效,包括肺癌、肾癌、肝癌、胃癌、淋巴瘤和黑色素瘤等多

种癌症,都得到了积极的结果。

一些特殊类型的癌症,如肠癌、胃癌,通过免疫治疗也能得到长期生存。

## 03 要高度重视免疫治疗的副作用

PD1-PDL1这条抑制性信号通路本来是机体的一种保护性装置,用于避免在某种情况下(例如炎症、损伤等情况)正常细胞受到自身免疫细胞过度攻击,新型免疫治疗由于封闭了这条抑制信号通路,免疫细胞可能对这些正常细胞(处于炎症、损伤状态时)产生攻击,从而产生免疫相关性不良反应。

主要的不良反应有:  
皮疹:可能出现大疱性皮炎。  
内分泌器官的损伤:表现为甲状腺功能的改变,可能出现甲亢或甲减,有的是血糖波动。

免疫相关性肺炎:新出现的咳嗽或者咳嗽加重,胸痛;呼吸短促。

免疫性心肌炎:胸闷、气短、心悸。

免疫性肠炎:腹泻。

免疫性肝脏损伤:表现为转氨酶增高或者黄疸的现象。

免疫性肾炎。

免疫治疗仍不是治疗癌症的“万灵药”,并非所有肿瘤病人都能从中获益。在未来的进一步探索中,肿瘤免疫治疗将朝着更安全、更有效、更经济、联合方案治疗的方向不断发展,为更多肿瘤患者带来福音。



**活动组织**

主办单位:福建卫生报、福建日报·新福建客户端  
协办单位:福建医科大学附属泉州第一医院  
支持单位:齐鲁制药有限公司