

中国共产党历史展览馆 将面向社会公众开放

新华社北京7月12日电 为发挥“不忘初心、牢记使命”中国共产党历史展览的教育作用,引导广大干部群众从党的奋斗历史中汲取前进力量,自6月19日起,中国共产党历史展览馆以专场参观和组织观众参观的方式,组织全国人大代表、全国政协委员、老同志代表、各民主党派和无党派人士代表、先进典型代表、全国少数民族代表、党政机关干部代表、企事业单位员工代表、高校学生代表、驻京部队官兵代表、在京各国驻华使节和国际组织代表等各界人士参观。截至目前,参观人数已超过6万人。

据悉,中国共产党历史展览馆在继续开展组织观众参观的同时,将从7月

15日起正式面向社会公众开放。根据常态化疫情防控要求,暂定每天面向社会公众预约参观人数为3000人,馆方将根据情况适时增加参观人数。党史展览馆开馆时间为9:00至17:00,停止入馆时间为16:00,观众退场时间为16:30。周一例行闭馆。公众可凭本人二代身份证、港澳居民来往内地通行证、台湾居民来往大陆通行证、护照等有效证件,采取线上实名制免费预约方式进行预约参观。全天分9:00至12:00、13:00至16:00两个时段预约参观,额满为止,不接待现场预约。观众须按预约成功的时段持本人身份证等有效证件入馆参观。

具体情况可通过手机、电脑登录中国共产党历史展览馆参观预约系统(<http://ticket.cpcmuseum.cn>)查询相关公告,预约参观。

上海天文馆即将开业



上海天文馆即将于7月17日正式开馆,18日起对公众开放。作为目前全世界建筑面积最大的天文馆,上海天文馆不仅有大量陨石馆藏,还有牛顿、开普勒、伽利略等天文大师的原版著作,8K超高清多功能球幕影院、望舒天文台、羲和太阳塔、星空探索营等高科技设备,更能全景展现宇宙浩瀚图景,打造多感官探索之旅。

上海天文馆开馆时间为每天9:30至16:00(15时停止检票入馆),周一闭馆。馆方实行网络实名制预约购票,其中成人参观票30元/人,1.3米以上及6周岁以上儿童和全日制大学本科及以下学历学生15元/人,球幕电影票40元/人。(新华网)



作者简介

谢聪,女,硕士研究生,副主任医师,晋中市第一人民医院耳鼻咽喉-头颈外科副主任,晋中市医学会耳鼻咽喉-头颈外科专业委员会副主任委员,晋中市医学会变态反应学专业委员会副主任委员。

不知道大家注意到没有,每当春暖花开和秋高气爽的季节到来之时,当大部分人尽情享受明媚春光和秋收喜悦的时候,总有一些人会感到非常不适:鼻痒、鼻塞、打喷嚏、流清水样鼻涕,甚至出现反复咳嗽和喘息等症状。他们是“感冒”了吗?答案是“否”。因为这些症状是“过敏性鼻炎”的表现。

那“过敏性鼻炎”是怎么回事儿呢?接下来,就和大家认真聊一聊。

过敏性鼻炎,顾名思义,和过敏有关,那过敏是如何产生的呢?从专业角度来讲,是特异性个体接触致敏原后由IgE抗体介导的介质释放、有多种免疫活性细胞和细胞因子参与的鼻黏膜慢性炎症反应性疾病。通俗点讲,就是过敏体质的人体,接触到外界的过敏原之后,体内发生了一系列反应,产生了一些特殊的物质,这些物质又引起了身体器官功能发生了变化,过敏症状就出现了。

产生“过敏性鼻炎”的两个必备条件:一是过敏体质,二是接触到过敏原。所以有人质疑,同样的外界环境,为什么偏偏就是我呢?因为特殊的体质,也就是“基因”决定一切。

过敏性鼻炎的症状有:鼻痒、打喷嚏、鼻分泌亢进(鼻涕多)、鼻黏膜肿胀(鼻塞)等特点。在发作期,还会合并眼痒、咽痒、刺激性咳嗽、耳痒等症状,都是过敏性鼻炎的伴发症状。如果一年四季都会发病,称之为“常年性变应性

聊聊“过敏性鼻炎”那些事儿

晋中市第一人民医院耳鼻咽喉-头颈外科 谢聪

鼻炎”,只在春季或秋季发病、季节过后症状明显缓解的,叫“季节性过敏性鼻炎”,又叫“花粉症”。

引起“过敏性鼻炎”的过敏原非常多,主要分为吸入过敏原和食物过敏原,常见的吸入过敏原有:花粉、尘螨、昆虫、动物的皮毛、排泄物、家禽、观赏鸟的羽毛、真菌等。其中,花粉是引起“花粉症”的重要致敏原。春季花粉有:榆、杨、柳、柏、桦等;夏秋季致敏花粉有:蒿属花粉、茼蒿、豚草、藜科等。越是潮湿的环境,真菌致敏的机会越大。

常见的食物过敏原有:面粉、奶、蛋、鱼、虾、花生、大豆、水果、蔬菜等。

所有可能致敏的物质都和我们的生活密切相关,想要完美避开的可能性几乎为零。那出现了症状怎么办呢?不要硬抗,不能放任不管,更不能随便当成“感冒”去治疗,一定要第一时间去正规医院的耳鼻喉科就诊。

患者来到医院后,通常医生会询问病史、接着用鼻镜检查鼻腔状况,这时候的鼻黏膜往往苍白水肿,是非常典型的表现。有条件的医院还会做过敏原检测来确定是哪种物质过敏。最后,医生会根据患者的症状、体征,结合过敏原检查结果等做出判断并制定治疗方案。

到目前为止,过敏性鼻炎还没有彻底根治的方法,治疗目的是控制好症状和改善生活质量。

过敏性鼻炎有四大治疗原则:环境控制、药物治疗、免疫治疗、健康教育。所谓环境控制,主要是避免接触过敏原,理论上是防治变应性鼻炎最有效的方法。特别是北方季节性“过敏性鼻炎”的患者,如果有条件在发病季节“南

下”,效果可谓“立竿见影”。但是,这种方法对大部分患者不适用,这时候药物治疗就非常必要了。

临床上常用的药物有鼻喷激素和口服抗组胺药、抗白三烯药。特别是鼻喷激素,局部作用显著,全身副作用轻微,能明显减轻各种炎症反应,有效缓解鼻炎症状。大家不必“谈激素色变”,要按照医嘱足量、足疗程用药。所有的药物都会有副作用和产生不良反应,所以治疗期间要定期去医院复诊、调药。

在临床工作中,常常有患者会问:“有没有根治的方法?”虽说没有根治的药物,但有一种方法是针对“病因”治疗,那就是“免疫治疗”,即“脱敏治疗”。就是把经过加工处理的“过敏物质”,通过注射或口服的方式送入体内,剂量由低到高,直至患者“耐受”为止。它最大的优势是可预防鼻炎发展成哮喘,而且可减少新的过敏发生,所以现在已经成为一线治疗手段。免疫治疗虽好,但也并非人人适用,首先,过敏原必须非常明确,其次,由于免疫治疗的时间较长,起效较慢,要求患者依从性要好。

外科治疗能否治疗“过敏性鼻炎”?答案是肯定的,但手术治疗只是辅助治疗方法之一。当然,什么样的患者适合做手术、做什么手术,需要专科医生来做决定。

健康小贴士:

如果出现打喷嚏、流清水鼻涕、鼻痒、鼻塞症状,不知道是“感冒”还是“鼻炎”,最好第一时间去正规医院就诊,及时治疗。

季节性“过敏性鼻炎”发作时期,除了按时用药,尽量避免到草木茂盛的区域游玩,因为致敏的“元凶”可能就隐藏在这里,一旦接触了高浓度的过敏原,可能会引起严重的过敏反应,甚至危及生命。如果实在想去,那就做好防护,比如戴好口罩,随身携带药物。

过敏季节不光要注意植物,还要警惕“食物”。有些食物同样会引发严重的过敏反应。由于每个人的体质不同,可能过敏的食物会不同,如果进食后出现口唇痒、肿,舌头僵硬,甚至呼吸不畅等不适,需立即停止进食,马上就诊,之后尽量避免食用。对于过敏体质的患者来说,他人的“美食”真有可能是自己的“毒药”。

最后一点,“过敏性鼻炎”的症状不光在鼻子,“七窍相通”,“过敏性鼻炎”发作期间还可能诱发鼻窦炎、鼻息肉、中耳炎、变应性结膜炎等,特别是出现咽痒、咳嗽、喘息时,很可能是“哮喘”的先兆。这时候千万不要大意,如果来到医院,耳鼻喉科和呼吸科的医生常常会相互会诊,从而找到更为合理、有效的治疗方案。

“过敏性鼻炎”虽然不会致命,却是个“大麻烦”,严重影响患者的日常生活,加重经济负担。所以在了解了“敌情”之后,每一位患者都应做好“抗敌”和打“持久战”的准备,安全、平稳地度过每个“过敏季”,远离过敏性鼻炎的困扰。



名医话健康

主办单位:晋中市卫生健康委员会

第44期