

# 别急着用药 先搞清你的鼻炎是哪款

□李瑶

天天鼻塞、流鼻涕、打喷嚏，还一直以为自己是感冒或过敏？其实，鼻炎家族成员有很多，各有各的“暴脾气”，搞懂它们，才能精准治疗！

## 急性鼻炎

**外号** 伤风感冒型鼻炎

**脾气** 起病急、病程短、可自愈。

**典型表现** 初期鼻塞、打喷嚏、流鼻涕，伴有咽干、咽痛，随后鼻塞加重，鼻涕由清涕转为黄绿色黏脓涕，可伴有全身乏力、低热、咳嗽、咳痰。

**快速识别** 流感季或受凉、劳累后突发鼻塞、流涕，伴全身不适，多为急性鼻炎。一般7至10天可自行好转。

**治疗方向** 使用抗病毒或清热解毒类药物治疗。

## 过敏性鼻炎

**外号** 花粉症、敏感鼻

**脾气** 玻璃心，一碰刺激就失控。

**典型表现** 阵发性喷嚏（连续多发）、大量清水样涕，鼻塞、鼻痒、眼痒。触发开关是花粉、尘螨、真菌、猫狗毛皮屑等。

**快速识别** 以“痒、喷嚏、清水涕、鼻塞”为主要症状，过敏原检查常呈阳性。过敏原不停，症状就不停。

**治疗方向** 明确过敏原，物理隔离，避免接触过敏原；使用抗组胺药（口服或鼻喷）、鼻用糖皮质激素等；根据过敏原结果进行变应原特异性免疫治疗或单克隆抗体治疗。

## 血管运动性鼻炎

**外号** 情绪&温度敏感型鼻炎

**脾气** 神经质，受点刺激就作妖。

**典型表现** 冷热交替、空调、异味、情绪波动、辛辣饮食后，突发鼻塞、喷嚏、流鼻涕。关键特点：过敏原检测多为阴性，单纯抗过敏药效果有限。

**快速识别** 冷热交替、情绪波动就发作，不是过敏，是神经太敏感。

**治疗方向** 使用胆碱能受体拮抗剂，必要时经专业医生评估后行神经阻断手术治疗。

## 慢性单纯性鼻炎

**外号** 交替鼻塞选手

**脾气** 间歇性犯病。

**典型表现** 白天活动时鼻子通畅，夜间静卧时加重；侧卧时下侧鼻腔堵塞、上侧通畅，鼻涕偏黏稠。

**快速识别** 鼻子堵，一会儿好、一会儿坏，还会左右交替“罢工”。鼻甲水肿，血管收缩剂有效果，病变可逆。

**治疗方向** 常规鼻喷药物治疗，专科医生评估是否存在鼻中隔偏曲等结构性异常。

## 慢性肥厚性鼻炎

**外号** 持续性堵鼻大王

**脾气** 死顽固，很难哄好。

**典型表现** 双侧鼻子24小时堵死，鼻涕又稠又难擤，嗅觉变差、头疼、耳朵发闷，说话有鼻音。这类鼻炎会使鼻甲增生变硬，血管收缩剂反应差，病变多不可逆。

**快速识别** 鼻子常年不通气，常规用药效果不佳。

**治疗方向** 评估鼻腔结构性问题，必要时行鼻甲骨折外移、鼻甲部分切除、鼻腔扩容术等手术治疗。

## 药物性鼻炎

**外号** 滴鼻剂依赖症

**脾气** 报复性反弹，越滥用药越糟。

**典型表现** 早期使用减充血滴鼻剂可快速通气，随用药时间延

长，效果渐差、用药越频繁。停药后，鼻塞反跳加重，可伴鼻腔干燥、嗅觉下降。

**快速识别** 长期滥用减充血剂“作”出来的鼻炎，滴鼻药重度“依赖”，一停药鼻塞即明显加重。

**治疗方向** 停用减充血剂。使用胆碱能受体拮抗剂、鼻用糖皮质激素等药物改善鼻黏膜状态。

## 萎缩性鼻炎

**外号** 空鼻症、臭鼻症

**脾气** 搞特殊，和别的鼻炎反着来。

**典型表现** 鼻腔干燥空旷，大量干痂或黄绿色痂皮，嗅觉减退或丧失，呼气有异味，自觉通气不畅。

**快速识别** 鼻干结痂有臭味，鼻腔超大还鼻塞。

**治疗方向** 鼻腔冲洗、局部油性软膏涂抹等方式保持鼻腔黏膜湿润，补充维生素和微量元素，避免烟酒、辛辣等刺激。

## 敲黑板

应对鼻炎的注意事项：

**盲目用药** 不同鼻炎治疗原则不同，最好不要跟随网上的视频胡乱用药。

**规范用药** 鼻用减充血剂连续使用不超过1周，避免诱发药物性鼻炎。

**及时就医** 长期鼻塞、流涕、嗅觉下降，建议到耳鼻喉科明确分型、针对性治疗，别再所有鼻炎都用一种药。

来源：人民网

# 山西省文物保护条例

2025年6月4日山西省第十四届人民代表大会常务委员会第二十一次会议通过

## 不可移动文物

### 第十五条

全国重点文物保护单位和省级文物保护单位自核定公布之日起一年内，由省人民政府划定公布必要的保护范围，作出标志说明，建立记录档案。

设区的市级、县级文物保护单位自核定公布之日起一年内，由核定公布该文物保护单位的人民政府划定公布必要的保护范围，作出标志说明，建立记录档案。

未定级不可移动文物由县（市、区）人民政府文物行政部门作出标志说明，建立记录档案，明确管理责任人，根据文物保护需要可以划定公布必要的保护区域。

### 第十六条

县级以上人民政府文物行政部门根据文物保护需要，组织编制本行政区域内不可移动文物的保护规划，报上一级人民政府文物行政部门备案。省级、设区的市级和县级文物保护单位的保护规划由本级人民政府批准并公布实施。

### 第十七条

县级以上人民政府文物行政部门根据保护文物的实际需要，经省人民政府批准，可以在文物保护单位周围划出一定的建设控制地带，并予以公布。

全国重点文物保护单位的建设控制地带，由省人民政府文物行政部门会同本级人民政府自然资源主管部门划定。

省级、设区的市级和县级文物保护单位的建设控制地带，由核定公布该文物保护单位的人民政府文物行政部门会同本级人民政府自然资源主管部门划定。

### 第十八条

县级以上人民政府文物行政部门应当指导、支持基层群众性自治组织、志愿者、企业等，参与不可移动文物的本体修缮、日常养护、安全防护、环境整治等保护工作。（未完待续）

来源：山西省文物局

# 弘扬廉洁文化 倡导清风正气