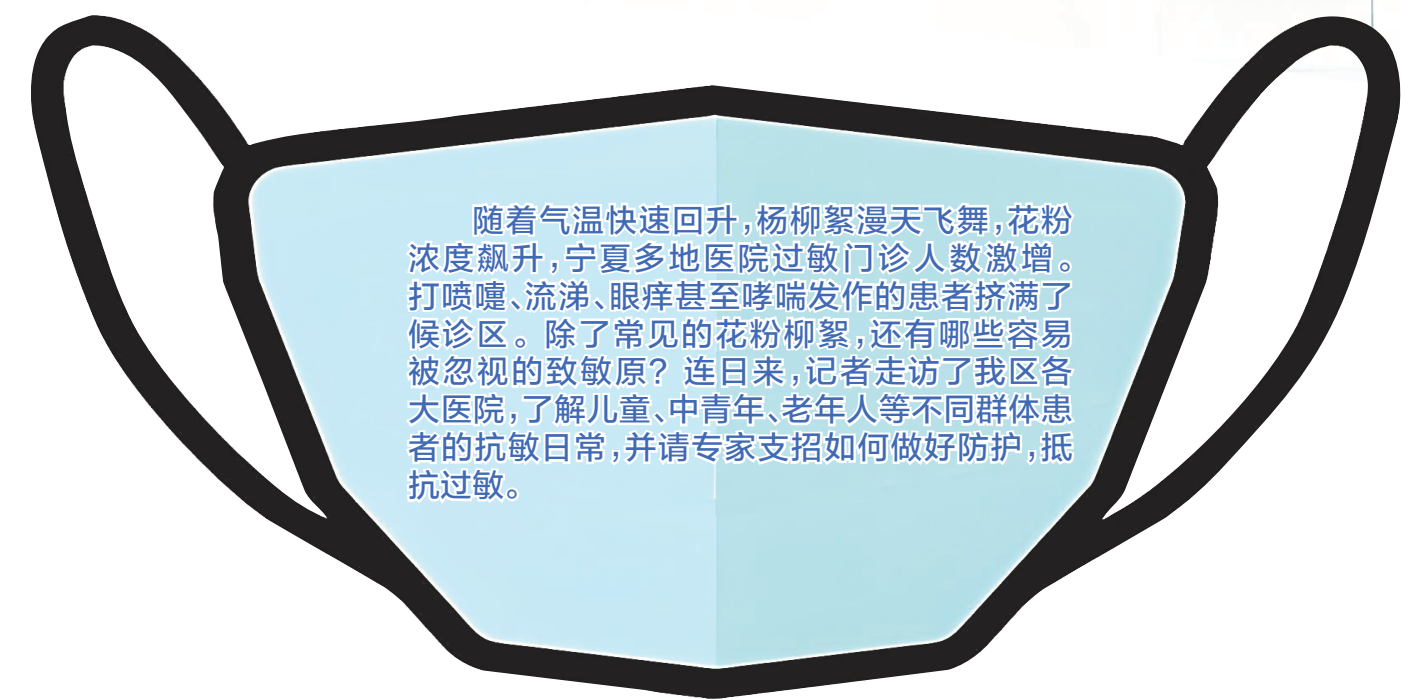




民生关注

关注过敏，你的防护做对了吗？

本报记者 杨超 马忠 文图



随着气温快速回升，杨柳絮漫天飞舞，花粉浓度飙升，宁夏多地医院过敏门诊人数激增。打喷嚏、流涕、眼痒甚至哮喘发作的患者挤满了候诊区。除了常见的花粉柳絮，还有哪些容易被忽视的致敏原？连日来，记者走访了我区各大医院，了解儿童、中青年、老年人等不同群体患者的抗敏日常，并请专家支招如何做好防护，抵抗过敏。

过敏门诊爆满，症状五花八门

4月30日9点，银川市中医医院皮肤科和五官科候诊区已座无虚席。诊室门口，此起彼伏的喷嚏声、擤鼻涕声交织，还有不少患者眼睛红肿，不断在揉搓。

“孩子这两天总揉眼睛，说看不清黑板，晚上睡觉鼻子堵得难受，只能用嘴呼吸。”乐乐妈妈焦急地说。医生检查发现，乐乐的眼结膜充血严重，经诊断，患有过敏性结膜炎合并鼻炎。

“前天见客户，正讲到关键数据，突然连打十几个喷嚏，PPT都讲不下去。”上班族陈女士无奈表示，由于长期鼻塞缺氧，她最近工作效率大幅下降，“晚上睡不好，白天昏昏沉沉。”

“咳了半个月，半夜喘不上气，老伴儿差点拨打了120。”退休人员王大爷原本就患有慢性支气管炎，今年花粉季症状加重，肺功能检查显示气道高反应性，需加强抗过敏治疗。

“进入春季，就到了过敏高峰期，我们门诊每天就诊人数为200至300人，其中，因过敏就医的患者就有五六十人，人数明显增

加。”4月30日，银川市中医医院皮肤科副主任医师雪彦锋告诉记者，皮肤过敏主要病症有接触性皮炎、日光性皮炎、湿疹和面部皮炎等，可能引起皮肤红肿、发痒、起疹子等多种症状。导致过敏最常见的罪魁祸首是花粉、灰尘和日光照射。

自治区人民医院呼吸科主任医师张淑红介绍，花粉根据传播时间不同，主要分为春季花粉和夏秋季花粉。春季花粉集中在3月上旬至5月下旬，常见的有柏树、法国梧桐树、杨树、柳树等；夏秋季花粉集中在7月底至10月初，常见的有蒿属花粉、葎草、苍耳等。值得注意的是，通常导致过敏的花粉并不是颜色艳丽、气味芬芳的观赏花，而是风媒花，这类花的花粉主要以风为传播媒介，数量较多、颗粒较小、表面光滑、干燥、随风能飘散至3000公里以外，人类很容易中招。

在过敏性疾病中，过敏性鼻炎是很多居民的共同困扰。张淑红表示，这种疾病的典型临床表现包括流清水涕、鼻塞、鼻痒和喷嚏

等，并可伴有眼部症状，包括眼痒、灼热感、流泪和眼充血，至少持续2天，每天持续1小时以上。目前认为，过敏性鼻炎发病是受遗传因素和环境因素的共同控制，一方面，过敏性鼻炎具有基因易感性，另一方面，微生物菌群也可导致发病。此外，香烟暴露、空气污染、不合理饮食、生活紧张等，都有可能增加患病风险。

过敏性鼻炎的并发症有支气管哮喘、慢性鼻窦炎、分泌性中耳炎、腺样体肥大及睡眠呼吸障碍等，尤其在儿童中多见，可能导致儿童夜间缺氧，影响患儿智力发育及学习成绩，也会引起儿童行为及五官的改变。为缓解鼻痒或鼻塞，患有过敏性鼻炎的儿童会有用手掌或手指反复向上揉搓鼻尖的动作，有时会被误认为患上了多动症。“我们门诊里就有类似的例子，孩子注意力不集中，经常揉鼻子、揉眼睛，家长带过来一看，发现是过敏性鼻炎。”张淑红提醒，如果家中儿童有类似行为，家长应多加注意，必要时及时就诊。

如何预防过敏，医生有话说

如何预防花粉过敏？张淑红表示，避开过敏原是重中之重。患者可到医院过敏疾病专科门诊，通过皮肤点刺、血液检查等方式进行检测。对于症状较重花粉过敏患者，尤其是用药效果不佳或产生不良反应的哮喘患者，可在花粉季节前就医，接受专业建议。

同时，张淑红提醒，过敏源头并不仅仅是花粉，如果居民在整理被褥或做大扫除时频繁出现打喷嚏、流涕、咳嗽、皮肤瘙痒等症状，需要小心尘螨过敏。“生活在室内的尘螨以人及动物的皮屑为主要食物，在家中枕头、床垫、地毯、布艺沙发等处大量繁殖，螨体、褪下的皮壳、排泄物及其代谢产物会随着铺床、叠被、扫地在空中飞扬，随后被人类吸入。其中，被分解的微小颗粒还可深入到人类的毛细支气管中，过敏体质者在这种刺激下，就会产生特异性的过敏抗体，随后出现哮喘、湿疹

等过敏性疾病。”张淑红说。

“生活中诱发过敏的因素有很多，目前并没有很好的根治办法。”雪彦锋说。为尽量预防过敏，居民应避免在花粉浓度高或者沙尘暴天气外出，如果要外出，记得戴纯棉或者丝绵口罩、护目镜等，并穿长袖衣物以减少皮肤暴露。回家后，要及时更换衣物，必要时可以用淡盐水清洁鼻腔和面部。居家时也要注意，白天一般花粉、柳絮较多，尽量少开窗户，可以选择早晚开窗通风，或使用空气净化器、新风系统降低室内花粉浓度，避免在室内摆放开花植物，定期清洁空调滤网和窗帘。同时，日常生活中适当运动，保证充足睡眠，多吃富含维生素c的蔬菜和水果。

易过敏者可随身携带常用抗过敏药物，如西替利嗪、氯雷他定等；哮喘患者应随身携带可以临时控制或缓解症状的药物，如沙丁

胺醇气雾剂等。如果提前预防性用药，建议在花粉季前2至4周开始使用鼻喷激素等，持续至季节结束；也可提前预防性使用花粉阻隔剂，“建议还是物理预防为主，因为部分药物含有激素。”雪彦锋说。

另外，雪彦锋提醒，过敏不是儿戏，如果不重视可能会引发致命危机。例如，严重的荨麻疹不仅会出现面唇肿胀、咽喉疼痛、声音嘶哑、胸闷气喘，同时会出现喉部粘膜肿胀症状，患者呼吸困难，极易窒息，甚至导致死亡，同时过敏也会引发过敏性休克。因此，如果过敏严重，必须立即去正规医院就诊，让医生全面检查，根据病情制定治疗方案，有条件可进行脱敏治疗。目前，临床上治疗过敏的常见方法，包括药物治疗、免疫治疗、物理疗法、手术治疗等，其中药物治疗是目前最主要的治疗方式，可以很好地控制缓解临床症状。

科学抗敏，试试脱敏治疗

记者走访发现，针对过敏性疾病，居民仍有许多疑问。银川市市民李女士说：“我最近咳嗽，还鼻塞，但不确定自己的症状属于呼吸道感染，还是过敏性疾病。这种时候该怎么判断呢？”

张淑红解答，呼吸道感染和过敏性疾病都可能出现咳嗽、鼻塞、嗓子疼的症状，但两者有所区别。呼吸道感染很多时候会发烧，且全身症状比较明显，可能表现为乏力、肌肉酸痛、咳嗽等；而过敏性疾病一般不会发烧，全身症状也比较轻。

银川市市民张先生问：“我患有过敏性鼻炎，医生给开的药物可以长期用吗，会不会产生依赖？激素会使人发胖吗？”

张淑红表示，根据患者过敏性鼻炎的发病及过敏原特点，需要有规律的、长期的药物应用，这些药物都不会产生依赖。“治疗过敏性鼻炎的鼻喷激素的确含有皮质类固醇激素，但是一般激素导致肥胖的例子是通过口服或静脉给药，这类用药方式的剂量较大，以毫克计算，并且通过血液循环到达全身代谢，所以会出现一些激素相关的副作用，但我们鼻喷激素是局部给药，每次使用量很小，以微克计算，并且通过鼻腔黏膜进入血液的部分只占到7%。因此，长期用药不会出现激素并发症，不会引起发胖。”

石嘴山市的王先生想问，网络流传的“蜂蜜防过敏”“盐水冲洗根治”等抗敏偏方，真的有用吗？张淑红回应，这类偏方缺乏科学依据，患者应到正规医院接受规范治疗。“过敏性鼻炎和遗传跟环境因素有关，通过我们的环境控制，喷鼻药物及口服药物的正规治疗，鼻炎的症状可以得到非常好的控制。”张淑红说，目前脱敏治疗，是治疗过敏性鼻炎唯一的对因治疗方式，同时，临床中针对尘螨及黄花蒿的免疫治疗已有上市的药物，有皮下注射及舌下含服两种方式。



饱受过敏困扰的患者在就医。

打包费成了“外卖刺客”？

本报记者 陶涛

“我在一家外卖平台下单点餐，共花费75.2元。其中，打包费竟然要9.6元，几乎占了总价的13%，这也太贵了！”4月21日，经常点外卖的银川市市民王女士拨打宁夏日报新闻热线18909599990反映，外卖打包费存在重复收取、定价虚高、强制收费等问题，亟需整治。

王女士的吐槽并非个例。在外卖行业中，餐饮打包是不可缺少的必要环节，然而，有关外卖打包费的种种乱象，却成了消费者的新困扰。近日，记者在不同外卖平台下单点餐看到，订单的实付款一般由餐品费用、打包费、配送费三部分组成，除了餐品价格不同，各商家在打包费的设置上也不同。比如，同样是打包餐品，有些商家的打包费需

要2元左右，而有些商家的打包费却达到了4元至6元。记者随机走访部分银川市线下餐厅发现，有的不收打包费，有的1个餐盒收取1元钱。相比线下餐厅，外卖平台上菜品打包费明显高出一截。

自治区市场监督管理局投诉举报中心工作人士表示，近年来，涉及外卖打包费的相关投诉逐渐增多，反映的问题主要有：同一订单中多个菜品被单独收取打包费，有的连调味料也要收取包装费；同一个平台，不同经营者打包费的收取标准不统一，收费明细不透明，甚至同一商家在不同平台的打包费不同价，且部分商家打包费定价虚高，远超包装成本；外卖平台上，打包费是外卖的隐藏必选项，无论消费者是否要求

打包，均默认收取费用，消费者通过订单只看到包装费总价，无法知晓包装费收取是否合理准确。

“面对激烈的市场竞争，平台和商家多以低价优惠吸引消费者，但是满减优惠、折扣优惠应是平台或商家给消费者的‘诚意’，而不能为了降低自身的运营成本，向消费者随意收取额外费用。”该工作人员表示，外卖打包费不应成为一笔糊涂账，商家应明确打包费的收取范围、方式、定价标准等事项，商品页面应主动呈现包装材料费、单价等。如果商家在消费者不知情的情况下，将其他成本转嫁到打包费上，并强制收取，涉嫌侵犯消费者权益知情权、选择权及公平交易权。

自治区市场监管厅对此作出提示：广大

外卖商家要依法诚信经营，合理收取外卖包装费，对打包费的定价和收取要遵从实际，合理定价、按需收取，不能违背诚信原则随意标价、重复收取。外卖平台应加强对商家的规范引导，完善外卖打包费定价机制，规范打包费的定义和说明，明确收取范围、方式、标准等，对商家打包费的合理性进行审核，设置单笔订单打包费的上限，杜绝捆绑消费，强制消费，对违规收费商家进行严格约束，进一步保障消费者合法权益，为消费者提供更公平透明的消费环境。

同时，市场监管部门提醒消费者，点餐时订仔細核对费用明细，对异常收费留存截图、订单等证据，通过平台或12345、12315等热线进行投诉。

互动方式

18909599990
18909599991

nxrbdzlx@163.com

扫码进入宁夏日报
读者来信微信公众号

这事儿帮您问了

在职工和退休职工医保划拨有啥不同

贺兰县王先生咨询：我是一家国企的在职职工，我爸是退休职工，我想知道，我和父亲的医保个人账户划拨基数和比例有什么不同？

贺兰县医疗保障局回复：包括灵活就业人员在内的在职职工医保个人账户，由个人缴纳的基本医疗保险费2%计入，即个人缴费全部划入个人账户，单位缴纳的基本医疗保险费全部计入统筹基金。退休职工则按2023年自治区基本养老金平均水平的2.8%定额划入。参保人员办理在职转退休手续后，从次月起变更个人账户计入办法。（跑腿记者 周昕）

外卖员送餐途中受伤算“工伤”吗

银川市金凤区外卖员李庆询问：我送餐途中受伤，外卖平台表示是合作关系，合同写有“自负风险”，所以不负责。这种情况算工伤吗？

银川市金凤区人民检察院回复：根据最高人民法院典型案例指引，劳动关系认定重点要看三个要素：第一，是否接受单位管理，外卖员每天开展会、接单，证明存在人身隶属性；第二，是否持续提供劳动，李庆已经连续工作11个月；第三，是劳动是否为单位业务组成，送餐正是平台主营业务，符合劳动关系实质。

根据《工伤保险条例》，职工有下列情形之一的，应当认定为工伤：在工作时间和工作场所内，因工作原因受到事故伤害的；在工作时间前后在工作场所内，从事与工作有关的预备性或者收尾性工作受到事故伤害的；在工作时间和工作场所内，因履行工作职责受到暴力等意外伤害的；患职业病的；因工外出期间，由于工作原因受到伤害或者发生事故下落不明的；在上下班途中，受到非本人主要责任的交通事故或者城市轨道交通、客运轮渡、火车事故伤害的；法律、行政法规规定应当认定为工伤的其他情形。所以，李庆送餐途中受伤应该认定为工伤。（跑腿记者 杨超）

节假日酒店住宿涨价，合法吗

银川市马先生咨询：“五一”期间，我预订酒店时，发现大多数酒店都在节假日期间大幅涨价，这种涨价行为合法吗？

宁夏翔方律师事务所闫雨泽律师解答：酒店涨价行为是否合法，需结合相关法律和当地管理条例判断。根据《中华人民共和国价格法》《关于规范酒店客房市场价格的意见》等法律和政策规范性文件，对于酒店如何定价，在某个时间段的价格调节机制均为酒店自由经营行为。但是，相关法律基本要求商家明码标价、不能低价诱骗高价结算、先提价后打折、虚假折价、虚假标价、不履行价格承诺、诱导交易。同时，有部分省市对于酒店价格调整出具了具体意见，消费者在判断酒店调价是否合法时，也可以主动查询当地规定。如果遇见酒店虚假标价、不履行价格承诺等行为，应当向当地文旅、市场监管等部门进行投诉，保障自身合法权益。（跑腿记者 马忠）

以案说法

暖气漏水致邻居受损
该不该赔？

本报记者 马忠

装修施工导致房屋漏水，进而引发邻里矛盾的案例屡见不鲜，是基层治理过程中的“顽瘴痼疾”。近日，吴忠市红寺堡区司法局新民街道司法所组织辖区人民调解委员会成功化解一起相关纠纷。

红寺堡区一小区3楼住户甲某家中厨房、卫生间被水浸泡，屋内木柜、灯具、墙面等不同程度受损。经过检查，原来是5楼住户乙某家的暖气管道破裂所致。面对损失，双方针对赔多少、怎么赔等问题多次发生矛盾，为此，双方来到新民街道司法所申请调解。

针对纠纷焦点，新民街道司法所所长袁宏明法析理：“民法典相关条款规定，行为人因过错侵害他人民事权益造成损害的，应当承担侵权责任。此事件中，5楼住户因个人疏忽大意，对暖气管道管理不善导致房屋漏水，给3楼住户造成损失，理应承担赔偿责任。”

明晰责任后，袁宏晓之以情，对双方进行劝解。最终，5楼住户同意赔偿甲某各类损失费共计5000余元，且在调解员的见证下当场支付赔偿金，二人握手言和。

图说百态



共享电动车不应被如此对待

近日，记者在银川市兴庆区海宝公园一角看到，一辆共享电动自行车被扔在湖里。共享电动车是方便市民出行的公共交通工具，每一位使用者应当善意对待。只图一时情绪发泄，就将车辆随意丢弃这种行为不可取。

本报记者 张涛 摄