

儿童飞絮过敏的防护

今年“五一”假期笔者驱车前往徐州游玩。一路上，途经我省淮南、蚌埠、阜阳、宿州等地，越往北，感受越强烈，空气中漫天飞舞的“雪花”——杨絮和柳絮越发密集，让人不甚烦恼。笔者所在的六安市位于淮河以南，虽然杨树种植比例没有北方高，但每年4—5月，城市中都会出现飞舞的白色绒球，这些轻盈的飞絮虽然看起来浪漫，却让不少孩子出现打喷嚏、流鼻涕、眼睛红肿，甚至咳嗽喘息等症状。

作为六安市的一名儿科医生，四五月份在门诊中接诊的过敏患儿明显增多，其中不少都与飞絮有关。许多家长误以为孩子是“感冒”或“上火”，自行用药却效果不佳。事实上，柳絮和杨絮本身并非直接过敏原，但它们就像“特洛伊木马”，携带的花粉、灰尘等颗粒，加上物理刺激，很容易诱发或加重儿童的过敏反应。

飞絮引发儿童过敏的原因

一、过敏的罪魁祸首是谁？

柳絮和杨絮是杨柳科植物的种子纤维，其直径约20—50微米，本身并不是强致敏物，但它们容易吸附空气中的花粉、尘螨、霉菌孢子等过敏原。当飞絮进入孩子的呼吸道或接触皮肤时，这些过敏原就会触发免疫系统的过度反应，导致过敏症状。

二、为什么儿童更容易中招？

- 呼吸道更敏感：儿童的鼻腔和气管较窄，纤毛运动能力较弱，飞絮更容易沉积并刺激黏膜。
- 行为因素：户外活动时间长，喜欢触摸飞絮玩耍，揉眼、吃手等习惯会增加接触机会。
- 气候影响：春季干燥多风，飞絮飘散时间长，昼夜温差大

母乳是新生儿最天然的营养来源，但约15%—30%的产妇会面临产后缺乳的困扰，严重影响母婴健康。产后缺乳，中医称为“乳汁不足”或“乳汁不行”，早在《黄帝内经》中便有记载：“妇人乳汁，资于冲任，赖于气血”。明代医家张景岳在《景岳全书·妇人规》中进一步指出：“妇人乳汁，乃冲任气血所化，若产后气血亏虚，或肝郁气滞，则乳无以生，乳无以行。”本文从中医理论出发，结合临床经验，系统阐述产后缺乳的成因、辨证施治及综合调理方案。

病因病机：气血与情志的双重影响

一、气血虚弱：乳汁生化之源匮乏

《傅青主女科》云：“产后乳汁不行，多由气血不足，脾胃虚弱，生化乏源。”气血是乳汁生成的物质基础，若产时耗血过多、产后调养不当，则乳汁生化无源。如同工厂缺乏原材料，即便乳腺结构正常(乳房柔软无胀痛)，也难以生成足量乳汁。临床可见乳汁清稀、面色苍白、神疲乏力等典型表现。剖宫产史、妊娠期贫血(Hb<110g/L)、产后出血量>500ml、BMI<18.5等群体需特别注意。

二、肝郁气滞：乳汁运行之路受阻

宋代医家陈自明在《妇人大全良方》中提出：“乳汁不行，有因气郁者，有因血虚者……若暴怒所伤，肝气郁结，乳脉壅塞，则乳汁涩少。”产后情志不畅，肝失疏泄，乳络不通，正如《医宗金鉴》所言：“肝郁气滞，乳汁难行；调肝理气，乳自通矣。”现代社会普遍存在的产后抑郁(发病率约12%—15%)、家庭关系紧张等因素，对应中医的“肝气郁结”。肝经循行乳房，情志不畅会导致乳络阻滞，形成“有原料但运输不畅”的局面。临床常见乳汁浓稠、乳房胀痛、情志抑郁、常伴胸肋胀闷、食欲不振等症状。职业女性、高知产妇、多胎家庭中的初产妇等心理压力较大者都属于高风险人群。

辨证施治：补虚通滞 调畅乳络

一、气血虚弱型：补气养血，佐以通乳

《医林改错》记载：“产后无乳，当以补为主，通为佐。补其气血，则生化有源；通其乳络，则乳汁得行。”治法：以补益气血为主，兼疏疏通乳络，促进乳汁生化。代表方如《傅青主女科》中的通乳丹，以人参、黄芪补气，当归、麦冬养血，木通通乳。食疗方：猪蹄通草汤(猪蹄2只+通草30g)，补益气血，通乳利水。

针灸辅助，主穴：膻中(调气通络)、乳根(疏通乳络)、少泽(催乳特效穴)；配穴：血虚者加肝俞、膈俞，益气补血。

二、肝郁气滞型：疏肝解郁，活络下乳

清代医家叶天士在《临证指南医案》中强调：“肝郁者，治宜逍遥散加减，疏肝解郁，乳络自通。”治法：以疏肝理气为主，佐以活血通络，促进乳汁运行。下乳涌泉散(柴胡、青皮、漏芦等)为经典疏肝通乳方。针灸膻中、乳根、少泽等穴，可疏通乳络，促进泌乳。食疗方：茴香水煮鱼头(鱼头+茴香50g)，理气活血，促进乳汁分泌。

针灸辅助，主穴：膻中、乳根、期门(疏肝要穴)、太冲(调畅气机)；配穴：气滞明显者加内关、合谷，疏理肝气。

三、外治法：疏通乳络，辅助泌乳

- 热敷按摩：局部用陈皮煎水外敷乳房，配合顺时针方向按摩乳根穴、膻中穴；
- 耳穴压豆：取内分泌、乳腺、肝、脾等耳穴，按压刺激促进泌乳。

西医疗角：多因素干预与辅助治疗

西医认为产后缺乳多与内分泌紊乱、乳腺发育不全、营养缺乏及心理应激相关，治疗侧重对症支持：

- 激素调节：短期使用催乳素(需评估垂体功能)；
- 物理疗法：吸奶器辅助排空乳汁，促进泌乳反射；
- 营养支持：补充高蛋白饮食、维生素B族及矿物质；
- 心理干预：产后抑郁筛查，必要时进行心理疏导。

产后缺乳是涉及气血、情志、脏腑功能的复杂病症，中医治疗以“补虚通滞”为核心，强调辨证施治与综合调理。临床中需结合患者体质、情志状态及哺乳习惯，制定个性化方案。同时，现代医学的营养支持与心理干预可作为有效补充。产妇应保持积极心态，及时就医，避免因缺乳焦虑加重病情。通过中西医协同调理，多数患者可恢复乳汁分泌，保障母乳喂养成功。(霍邱县中医院妇产科 彭学玲)

金寨县国有建设用地使用权公开出让公告

金自然资告字〔2025〕7号

根据《中华人民共和国土地管理法》、《中华人民共和国城市房地产管理法》、《招标投标法》、《国有建设用地使用权出让管理规定》等有关法律法规规定，经金寨县人民政府批准，金寨县自然资源和规划局决定按“标准地”公开出让1宗国有建设用地使用权，现将有关事项公告如下：

一、出让地块基本情况、规划指标和其他主要控制指标要求

(一)出让地块基本情况和规划指标要求

地块编号	土地位置	出让面积	规划用途	规划指标要求	出让年限	起始价(万元)	增价幅度	竞买保证金(万元)
JZZB-GT-2025-12	金寨经济开发区金叶路以西、南二西路以北	土地面积61887.50平方米(92.83亩)、房屋面积5825.5平方米	工业用地	容积率≥1.3、建筑密度>40%、绿化率≤12%	50年	13259万元(土地部分928万元、房屋部分12331万元)	5万元或其整数倍	2700

备注：竞买报价时，房屋部分12331万元固定不变，报价增值部分全为土地出让金

(二)出让地块准入行业和经济、能耗、环境等有建设用地使用权出让合同履约失信行为的法

地块编号	准入行业	固定资产投资强度(万元/亩)	亩均税收(万元/亩)	单位能耗增加值(万元/吨标准煤)	单位排放增加值(万元/吨)	污染物排放标准
JZZB-GT-2025-12	计算机、通信和其他电子设备制造业	≥200	≥15	≥5.1	≥3200	具体参照执行《金寨县“标准地”环境标准执行规定(试行)》

备注：调节系数按照《安徽金寨经济开发区(现代产业园区)“标准地”控制指标体系(试行)》的规定执行。

指标要求

该宗地属开发区存量国有资产处置，为“房地一体”现状出让。详细规划要求参见所附规划设计条件及补充说明。该宗地成交后，受让人申请且符合不动产权登记条件的，完成土地交付当日，可办理不动产登记并颁发不动产权证书，实现“交地即发证”。在工程建设项目竣工完成后，建设单位申请且符合不动产权登记条件的，完成竣工验收备案、竣工验收备案当日，可办结不动产首次登记(房地产开发项目可同时为购房户办理转移登记)，实现“交房(验收)即发证”。项目依法竣工的人防工程及

(最大达15℃)，易诱发气道高反应。

如何判断孩子是否对飞絮过敏?(附症状对比表)

飞絮过敏的表现多样，容易被误认为感冒或皮肤感染。主要症状包括：

症状类型	典型表现	与感冒的区别	何时需就医?
过敏性鼻炎	阵发性喷嚏、清水样鼻涕、鼻塞鼻痒	不发热，鼻涕清稀，持续超过2周	影响睡眠或导致中耳炎
过敏性结膜炎	眼睛红肿、流泪、痒痒、揉眼后加重	无脓性分泌物，抗过敏药有效	出现畏光、视力模糊
皮肤过敏	面部、颈部红斑、风团、剧烈瘙痒	接触飞絮后迅速出现，边界清晰	抓破感染或全身性皮炎
过敏性哮喘	咳嗽、喘息、呼吸急促	听诊有哮鸣音，运动后加重	呼吸费力、口唇发绀

特别注意：“第一次接触没事”≠不会过敏!过敏反应通常需要多次接触才会显现。

家长必备的防护策略

一、减少接触：最有效的预防方式

- 调整外出时间：飞絮高峰通常在上午10点至下午4点，尽量选择清晨或傍晚出门。
- 物理防护：佩戴儿童专用护目镜；使用轻薄透气的口罩(建议医用外科口罩，普通棉布口罩无法阻挡微小颗粒)；穿长袖衣物，避免飞絮直接接触皮肤。
- 居家防护：关闭朝南窗户，改用空调或空气净化器通风；在纱窗上喷水或挂湿纱布，能有效吸附飞絮。

肠镜检查前需知要点

肠镜检查有哪些流程

- 预约和准备：首先需要提前到医院的消化内镜中心预约肠镜检查时间，做无痛肠镜检查需提前做心电图等相关检查，服用阿司匹林等抗凝药物人群需停药一周。检查前1天开始进低纤维半流质饮食，如白粥、面条、豆腐等，禁食芹菜、韭菜、西瓜、火龙果等多渣和带籽水果。检查当日禁食水。
- 清肠准备：通常需要在检查前一天和检查当日分批次服用清肠药物进行肠道排空准备。一般建议在检查前4—6小时完成清肠准备，直至大便排成清水样。
- 体位摆放：检查当日进入内镜室后，先更换肠镜专用病员服，后卧于检查床上，一般采用左侧卧位，屈膝，行无痛肠镜检查者麻醉师给予静脉麻醉。
- 肠镜进入：医生将一根带有摄像头的软管，从肛门插入，通过直肠、乙状结肠、降结肠、横结肠、升结肠，一直到达小肠末端。在肠镜通过生理性弯曲部位的时候，可能会有轻微的不适或者疼痛感，需要检查者尽量放松。
- 观察和诊断：肠镜可以360度观察整个肠道。医生在做肠镜的时候，需要往肠道里充气，将结肠撑起来，让肠黏膜充分展露。如果发现肠道内长有异常东西会利用活检钳钳取，送病理检查。
- 退出肠镜：肠镜进入回肠末端之后，医生就开始慢慢退镜，一边退镜一边观察肠道有没有病变，如炎症、出血、息肉、肿瘤等。
- 检查结束：肠镜检查结束后，医生会将气体尽量排出。部分被检查者在检查完后会出现腹胀、腹涨等症状，对此不必过于紧张。肠镜检查后，不建议马上进食，待肠道内气体排出、腹胀消失后，可进食易消化的流质饮食。

肠镜检查有哪些注意事项

- 高血压患者检查当日常规服用降压药，停用降糖药。
- 女病人避开月经期，不佩戴金属饰品，如项链、耳环、戒指等。
- 做无痛肠镜者需要提前到医院心电图室完善心电图检查，并由麻醉医生评估心脏功能。
- 家属陪同，勿自行驾车。
- 口服阿司匹林、波立维、华法林等抗血小板凝集或抗凝药物者，提前告知医生，停药1周后再行检查，以免检查过程中引起肠道出血。

(六安市人民医院 潘坚)

二、回家后的关键处理步骤

- 换鞋、换外衣，避免带入飞絮。
- 用生理盐水冲洗鼻腔(如“鼻可乐”洗鼻器)。
- 洗脸+洗手，尤其是眼周和口鼻部位。

科学用药与就医指南

一、家庭常备药物

- 轻度症状：鼻塞/喷嚏，西替利嗪滴剂(6个月以上可用)、氯雷他定糖浆(2岁以上可用)具体剂量按体重计算，鼻用激素(如糠酸莫米松)；眼睛痒，色甘酸钠滴眼液(无激素，适合儿童)。
- 皮肤瘙痒：局部涂抹炉甘石洗剂(破皮禁用)；严重时短期使用弱效激素软膏(如氢化可的松、地奈德，需医生指导)。
- 何时需要去医院?1.出现喘息、呼吸急促(警惕哮喘发作)。2.眼睛红肿分泌物增多(可能合并感染)。3.皮疹扩散、溃烂或伴发热。

长期管理：让孩子的免疫力更强大

- 记录过敏日记：记录症状发作时间、天气、饮食，帮助医生精准判断诱因。
- 逐步脱敏：对于每年严重过敏的孩子，可考虑过敏原检测+脱敏治疗。
- 增强体质：春秋季适当户外活动(非飞絮高峰时段)，提高适应能力。保证充足睡眠，避免过度疲劳诱发过敏。

曾有一位5岁男孩，奶奶带他在滨河公园玩耍时突发喘息，这个孩子本身有哮喘病史，但当时未携带吸入药物，患儿气道痉挛、黏液分泌增多，导致呼吸困难，后因送医不及时患儿失去生命。飞絮虽恼人，但只要我们做好防护，孩子们依然可以快乐享受春天。如果您的孩子出现疑似过敏症状，建议尽早就医，避免延误治疗。

(六安市人民医院儿科西院区 胡皋生)

在物质充裕的今天，脂肪肝在全球范围内发病率不断攀升，已成为威胁人类健康的重要疾病之一。随着我国酒类消费逐年下降和乙肝疫苗的普及，脂肪肝已取代病毒性肝炎，成为我国头号慢性肝病。

您有脂肪肝吗？

脂肪肝即代谢相关脂肪性肝病(非酒精性脂肪肝)，是指肝脏内脂肪堆积过多，超过肝脏正常代谢能力的一种病理状态。正常情况下，肝脏内含有少量脂肪，约占肝脏重量的4%—7%，这些脂肪对维持肝脏的正常生理功能至关重要。如果肝脏内脂肪堆积过多，就会对肝细胞造成损伤，影响肝脏的代谢、解毒、免疫等功能，甚至可能发展为肝硬化、肝癌等严重疾病。

您的脂肪肝严重吗？

- 根据肝脏内脂肪含量将脂肪肝分为轻度(脂肪含量占5%—10%)、中度(脂肪含量占10%—25%)、重度(脂肪含量占25%以上)。
- 脂肪肝的发展五部曲1.单纯性脂肪肝：脂肪在肝脏堆积，形成单纯性的脂肪肝，影像表现出肝实质的密度减低，属于可逆的状态，一般无需药物治疗。2.脂肪性肝炎：肝脏出现炎症，肝细胞坏死，这时候没有太多的症状，可能仅是转氨酶、胆红素升高，通过药物干预，可以逆转。3.肝纤维化：肝细胞反复地坏死修复，形成疤痕，开始出现肝纤维化，出现乏力、食欲减退、腹胀气、便秘或腹泻，肝区隐痛等症状。发展到这一步将很难逆转。4.肝硬化：这时肝功能损害严重，肝脏可能因肿胀而增大也可能萎缩。5.肝癌：从单纯性脂肪肝到脂肪性肝炎，再到肝纤维化、肝硬化，乃至肝癌、肝衰竭，虽是一个递进过程，也有35%~40%的脂肪肝相关肝癌，跳过了肝硬化阶段直接进展为肝癌。

这些危险因素您中招了吗？

- 不良的饮食习惯：如长期嗜酒、摄入大量高糖、高脂、高热量的食物。
- 不良的生活习惯：如吸烟、乱吃保健品、长期久坐、缺乏锻炼等。
- 疾病因素：包括肥胖症、2型糖尿病、代谢综合征、高脂血症、内分泌失调、肝炎、慢性胆囊炎等。

科学防治，如何多管齐下

- 合理膳食：鼓励低碳水化合物、低脂肪的地中海式饮食；戒烟、戒酒，适当增加蛋白质、维生素、矿物质和膳食纤维，多吃瘦肉、鱼、鸡蛋、新鲜蔬菜、水果和藻类等。
- 适当运动：适度的体育活动可以明显改善胰岛素敏感性，减少肝脏内脂肪的积累，直接促进肝脏健康。有氧运动和阻抗训练均可降低肝脏脂肪含量，如骑自行车、快速步行、游泳、跳舞等。
- 注意身体指标的变化：定期监测血压、腰围和体重的变化，每隔3~6个月进行一次血脂、血糖、肝肾功能等检查。研究表明，减少体质量和腰围是预防和治疗代谢相关脂肪肝病及其并发症最为重要的治疗措施。
- 药物治疗：单纯性脂肪肝一般不需要治疗。并发肝功能损害的脂肪性肝炎和脂肪性肝硬化患者可适当选择保肝、降酶药物，必须在医生指导下采用。

您对脂肪肝还有哪些误解

- 瘦子就不会得脂肪肝了吗？答案并不一定，因为较瘦的人可能在长期能量摄入不足的情况下，人体蛋白质缺乏，导致极低密度脂蛋白合成减少，这样就会造成肝脏分解甘油三酯发生障碍，使脂肪在肝内堆积，脂肪肝也就产生了。
- 吃素食就不会伤害肝脏吗？其实这么做只会事与愿违。素食中往往缺少蛋白质和维生素，不能满足身体的需要，机体就会将大量游离脂肪释放入血液，一旦超过脂蛋白运输能力就会沉积在肝脏中，从而引发营养不良性脂肪肝。因此，均衡饮食非常重要。
- 脂肪肝有特效药吗？美国食品药品监督管理局(FDA)在2024年3月批准了全球首个用于治疗相关脂肪性肝炎的药物瑞司美替罗(Rezdiffra)，但是目前最推荐的治疗方式仍然是生活方式的改变，包括健康饮食、增加体力活动和减重。

脂肪肝是身体发出的代谢警告，今天改变1%，未来降低10%的肝癌风险。从现在开始，给肝脏一个重获新生的机会。

(六安市人民医院 孔德芮)



遵守出让文件中有关拍卖的规定，采用挂牌方式出让地块竞买人须严格遵守出让文件中有关挂牌的规定。

七、公开出让时间和地点

公开出让时间(挂牌)：2025年6月7日8时至2025年6月17日10时。

公开出让时间(拍卖)：2025年6月17日上午10时开始。

公开出让地点：金寨县公共资源交易中心第四开标室。

竞买人须于2025年6月17日9时前持保证金银行缴款凭证、公司印章、报名回执码及《出让文件》要求提供的报名资料原件(两份)到公开出让现场办理资料查验、竞买登记、领取号牌等手续。

八、成交规则

本次国有建设用地使用权公开出让地块设有底价，按照价高者得的原则确定受让人。竞买人最终报价必须等于或超过底价，否则不成交。采用拍卖方式出让地块的竞买人进行现场举牌竞价或者报价；采用挂牌方式出让地块的竞买人必须采用金寨县自然资源和规划局统一制作的《国有建设用地使用权挂牌出让竞买报价单》进行现场报价，不接受电话、邮寄、口头等方式报价。竞买人一经报价或报价，不可撤回。

九、其他事项

(一)本次公开出让地块的竞买人须在竞得土地后10个工作日内与出让人签订《国有建设用地使用权出让合同》，同时与金寨县经济开发区管委会签订《工业项目用地投入产出监管合同》。土地出让金须在自出让合同签订之日起30日内缴清至县税务局。房屋出让价款12331万元须在自出让合同签订之日起90日内缴清至县财政局非税收入征收管理局；竞买人未按时支付土地出让金的，自滞纳之日起，每日按迟延履行款项的1%向出让人缴纳违约金。

(二)成交后，1个月内现状交付土地和房屋。竞得人须严格按照土地出让合同和工业项目用地投入产出监管合同的规定进行开发建设；要在自交

地之日起3个月内开工建设，开工后24个月内全部工程竣工，竣工投产前初始运行期为24个月；竞得人要及时申请竣工联合验收和达产复核。

(三)竞得人必须按照规划设计条件及补充说明的要求进行规划和建设。

(四)契税及其他应征收的税费由竞得人负责缴纳。

(五)未尽事宜和具体要求详见本地块公开出让须知。

十、保证金缴纳账户及账号

(一)竞买保证金缴纳账户：金寨县公共资源交易监督管理局

(二)开户银行及账号：

[户名：金寨县公共资源交易监督管理局；开户行：安徽金寨农村商业银行股份有限公司营业部；账号：20000278890666600006572]。

(三)竞买保证金缴款方式：由竞买人通过转账方式缴款(法人申请的从法人基本账户通过转账方式缴款)。

十一、联系方式

联系单位：金寨县公共资源交易中心

地址：金寨经济开发区金梧桐产业园政务中心综合楼16楼

联系人：易主任 高主任

联系电话：0564-7350812(金寨县公共资源交易中心)

0564-7356810(金寨县土地开发整理与收购储备中心)

查阅网址：中国土地市场网(https://www.landchina.com/)

金寨县人民政府网(https://www.ahjinzhai.gov.cn/public/column/6596401?type=4&action=list&nav=3&sub=&catId=7325528)

全国公共资源交易平台——安徽省·六安市

(http://ggzy.luan.gov.cn//土地及矿产·金寨县)

《皖西日报》

金寨县自然资源和规划局