

增强国家安全意识自觉维护国家安全

编辑：
安庆日报·岳西周刊
地址：
岳西县天堂镇纬
一路和经三路交叉口
文化馆三楼
电话：
2180112
周刊法律顾问：
鲍振华
法律服务热线：
13905568345
电话：
2184188
2175185

杨柳飞絮来袭 你需要连躲带防

好不容易挨过了花粉袭击，过敏星人又迎来了杨柳飞絮的围攻。飞絮飘散空中，可以说是无孔不入，它能引发过敏性鼻炎、过敏性哮喘等多种疾病。今天北京市疾控中心环境卫生所的专家就跟大家分享一下防飞絮的秘籍。

杨花不是花，柳絮亦非絮，它们是杨柳的蒴果开裂后释放出来的种子以及种子上的附属毛（絮状物）所组成的混合体。杨柳飞絮实则是杨柳母树利用风进行种子传播的过程。

正是这些絮状物给人们带来了很大的麻烦，可引起部分敏感人群过敏。人体接触杨柳花粉和细小飞絮后，会引起过敏反应，主要症状包括眼部瘙痒、红肿、流泪等；呼吸道表现为清水样鼻涕、鼻塞、频繁打喷嚏、喉咙瘙痒、咳嗽等，严重时还可能出现气喘、哮喘等；皮肤上也可能出现干燥、红肿、瘙痒、风团等过敏症状。

和其他过敏一样，敏感人群最好脱离过敏原，白天尽可能待在室内。飞絮会持续半个月到一个月，一般中午最多，敏感人群尽量避开这个时间段外出，即便要做户外活动，也要在杨柳絮比较少的时候，比如早晨、夜晚，降雨后也会大幅度缓解。

室内通风要关好纱窗，注意室内卫生，湿式清扫，必要时开启空气净化器。

此外，可登录中国气象网网站或气象北京微信查询杨柳飞絮预报，提前做好防护。

需要提醒的是，如果出现过敏症状，应及时去医院就诊，在医生指导下使用抗过敏药物缓解症状。切勿自行用药或忽视症状，以免加重病情。

防絮入鼻。飞絮细小，易被吸入鼻腔，之后鼻塞、鼻涩、流鼻涕、打喷嚏接踵而来，严重的甚至引发气喘、哮喘等更为严重的呼吸道症状或疾病。敏感人群外出时需佩戴口罩做好防护，口罩使用时应遵照其使用说明佩戴，佩戴时必须完全罩住鼻、口及下巴，保持口罩与面部紧密贴合，密闭性越好防护效果越佳。

防絮入眼。飞絮入眼，很难清除，会导致敏感人群眼睛红肿、流泪，上面携带的大量灰尘和细菌也会入眼引发炎症。

外出时佩戴纱巾、护目镜、眼镜等，尤其是骑行外出的人，增加了飞絮迎面入眼的机会，一定要做好眼睛的防护。

包裹自己。皮肤易过敏的人群，尽量避免皮肤接触飞絮，否则皮肤瘙痒难忍，甚至红肿发炎。外出要“包裹”自己，戴帽子，穿长衣长裤，尽量避免皮肤与飞絮直接接触。皮肤沾上飞絮后，要及时清除，最好用温水清洗，有助预防过敏或减轻过敏症状。当皮肤出现过敏症状时千万不要抓挠，轻轻拍打、冷敷、涂止痒药可减轻症状。

外出后返回应先洗手，同时清洗鼻腔和面部，及时清扫外衣上的飞絮。

小贴士：
杨柳飞絮高发期要及时清理或喷水湿化室内飞絮，尤其是附着在电暖器等加热电器表面以及家具和地板表面的飞絮。室内可使用吸尘器及时清理。

定期打扫汽车内部，及时清理飞絮和灰尘。

注意消防安全，严禁乱扔烟头，严禁明火引燃飞絮。

来源：人民网