

一吃饭喝热汤就流鼻涕

原来得了血管运动性鼻炎

鼻塞、打喷嚏、流鼻涕，是感冒还是过敏性鼻炎？其实还有可能是血管运动性鼻炎。血管运动性鼻炎是一种特殊性鼻病，好发于老年人以及压力大、易焦虑、精神紧张人群，近段时间，该病高发。医生提醒，如果有鼻塞、流鼻涕等症状，需要就医确诊病因，而不是自行用药，这样容易延误病情。

平时鼻子没事，一吃饭就流鼻涕

日前，温州市中医院耳鼻喉科主治医师尤孙文接诊了60多岁的张大爷。别看张大爷60多岁了，可他特别注重自己的形象，尤孙文注意到，张大爷穿戴整齐干净，身上还散发着一股清香味。

谈及自己的病情，张大爷特别不好意思。原来，一向爱干净的他，最近遇到了一件尴尬事。平时鼻子都好好的，可一吃饭就开始流鼻涕，尤其是喝热汤的时候，鼻涕就止不住，张大爷只好不停地拿着纸巾擦。因为这个，张大爷都推掉了跟老朋友的应酬，他觉得这样太影响自己的形象，在饭桌上也尴尬。

张大爷也不知道自己这是怎么了，如果是鼻炎或感冒什么的，感觉又不像，于是便寻求医生的帮助。经过仔细的检查，张大爷被确诊为血管运动性鼻炎。随后，尤孙文给予张大爷针刺蝶腭神经节治疗，并开了鼻喷药水、中药。当天，张大爷的情况就有所好转，

没几天，症状几乎没了。

尤孙文告诉记者，近段时间，像张大爷这样的老年患者比较多，此外，一些情绪紧张、平时压力大、容易焦虑等人群也是发病主要群体。他提醒，血管运动性鼻炎有时跟过敏性鼻炎、感冒等症状相似，因此最好去医院确诊病因，有针对性地治疗。

血管运动性鼻炎可这样防

血管运动性鼻炎是一种特殊性鼻病，它既不是过敏性鼻炎，也不是因感染引起的鼻炎，其是由于鼻腔黏膜的神经敏感性增加造成的。鼻腔黏膜表面有较多的神经末梢分布，这些神经末梢会产生交感神经和副交感神经。如果这些神经过于兴奋，就会导致神经递质的释放增加，然后引发血管或腺体反应的增加，包括分泌物的增加，如流鼻涕增加。过敏性鼻炎主要是由于过敏原刺激造成的，而血管运动性鼻炎主要是温度变化、冷空气刺激或是环境突然有刺激性气味引发的。

临床表现上，血管运动性鼻炎跟过敏性鼻炎相似，主要是鼻塞、打喷嚏、流鼻涕等症状。血管运动性鼻炎主要分为两种类型：鼻塞型、鼻溢型。

尤孙文介绍，血管运动性鼻炎可通过鼻用药物改善症状。另外，中医药对该病有不错的治疗效果，中药调理可改善体质，提高自身正气、免疫力，抵御对外界环境变化的敏感性。针刺治疗，如针刺蝶腭神经节可有效控制血管运动性鼻炎症状。

血管运动性鼻炎患者，过度敏感或过多的血管组织会对外界的刺激，如温度、气压、化学刺激如烟雾、心理压力、情感波动、某些药物治疗、辛辣食物等产生过度反应，因此平时要注意以下几点：

- 1.经常参加体育锻炼，增加抵抗力；
- 2.不要骤然进出冷热悬殊的环境；
- 3.常做鼻部按摩，长期用冷水洗脸更好；
- 4.发作期间要注意保暖。

本报记者 胡宁

温职院荣获 全国无偿献血促进奖



2020年温州职业技术学院无偿献血活动现场。

近日，国家卫生健康委员会发布了《关于表彰2018-2019年度全国无偿献血表彰奖励获奖者的决定》，温州职业技术学院荣获全国无偿献血促进奖，是我市唯一获得该奖项的单位。据悉，该奖项是国家对无偿献血工作作出突出贡献单位给予的最高奖项。

长期以来，温州职业技术学院师生一直是温州市无偿献血的“急先锋”，每年都积极响应“无偿献血进高校”的号召，组织动员全院干部职工和学生参与献血活动，无论是献血人数还是献血量均位列各大高校排名前茅，多次荣获温州市无偿献血先进集体称号。早在2005年，学校还建立了温州市首支成分献血志愿队，成为温州首个成分献血基地。据了解，该校在2018-2019年度每年的献血人数均超过1000人。在2020年高校学生无偿献血活动中人数创下新高，较2019年高校单场献血人数最高活动人次增长31.2%，并以超过16万毫升的献血量刷新2020年“年轻就是要XIAN”主题活动单场献血量纪录。

“捋肘献热血，能解他人之急，那将是我人生一大幸事。”温职院学生刘俊豪这样说道。目前，刘俊豪已累计献血4次，在他眼中，这仅仅是一个好的开始。他坚定地说，为公益事业奉献自己的力量是他坚定不移的方向，希望自己能够在无私奉献的路上贡献自己的一份力量。学校团委负责人表示，荣誉是鼓舞，更是鞭策，学校团委将一如既往组织好无偿献血工作的宣传和组织工作，为温州献血事业作出更大的贡献。

朱怡文

加入中华骨髓库，献全血 温州市直机关龙舟俱乐部组团献爱心

1月8日，天气很冷，可依然没能阻止一群人踏入温州市中心血站新城院区的脚步。他们面带微笑，他们精神抖擞，他们是温州市直机关龙舟俱乐部的成员。他们打响了2021年献爱心“第一枪”，不仅成功加入了中华骨髓库，还有成员献了全血，顺利完成自己的第一个献血目标。

从弘扬龙舟文化到开展爱心活动

在人群中，有一个人特别显眼，他个子最高，不停地忙前忙后，指导其他人用手机录入信息。他便是温州市直机关龙舟俱乐部秘书长、温州市政府办公室政务公开处处长王万里。提及此次组团过来献爱心，王万里感慨地说，疫情期间，那些“逆行者”让大家感触颇多，他们的精神值得每个人学习，他们所散发的正能量需要被传递。而捐献造血干细胞、献血，都是可以挽救生命的，需要更多的人参与进来。尤其是捐献造血干细胞，大众对此还存在一定的顾虑、疑虑，通过这样的行为希望可以带动身边更多的人，一起加入到献爱心队伍中来。

王万里介绍，目前，温州市直机关龙舟俱乐部共有55名成员。此次共10人报名参加活动，其中有4名女成员。俱乐部成立至今，组织了不少活动，以前的活动基本都围绕龙舟文化展开。随着2021年首场献爱心活动的开篇，接下来俱乐部将会开展更多此类活动。“捐献可再生的造血干细胞，拯救不可再生的生命，用自己的微薄之力挽救他人的生命，是一件非常有意义的事情。希望通过此举发扬温州人的大爱精神，传递更多正能量，激励全社会更多的人投入到公益事业中去。”王万里如是说。

一声“恩人爸爸”让他正能量满满

这是一段视频，视频中，一个10岁的小姑娘甜甜地叫着“恩人爸爸”。这个“恩人爸爸”是温州市直机关龙舟俱乐部划手、温州市交通运输局公路与运输管理中心综合处伍斌



部分参与献爱心活动的温州市直机关龙舟俱乐部成员合影。

斌，而这个小姑娘是2年多前伍斌捐献造血干细胞捐献的对象。

伍斌穿着一件印有“温州市红十字爱心护髓志愿服务队”的衣服，当其他人说，只有捐献过造血干细胞的人才有这样的衣服时，他自豪地摸了摸胸前的标志。2015年，在一次献血的时候，他多采集了10毫升血液，加入了中华骨髓库。伍斌从来没想到，一个无心之举，竟然真的挽救了一个生命。3年后，他接到一个电话，说他已与一名患者成功配型，问他要不要捐献造血干细胞。此时的伍斌才想起加入过中华骨髓库一事。他当时的第一反应就是，既然配型成功，肯定要捐献。可没想到父母并不支持，好在家里有懂医学知识的亲戚，给父母进行了科普，加上伍斌的不断劝说，开明的父母最终同意了。过了第一道关后，在准备捐献的三四月里，伍斌通过运动、饮食，将自己的身体调整至最佳状态，等待捐献的那一刻。捐献成功后，伍斌拿到了一份感谢信，他才知道捐献的对象是个7岁的地中海贫血患儿。

今年，小姑娘家人委托浙江省红十字会给伍斌发了一段感谢视频。“当听到她叫我恩人爸爸时，我感动不已，同时她也给了我力量，让我一直积极向上，正能量满满。”

4000毫升，他完成了第一个献血目标

血液采集完毕，成功加入到中华骨髓库之后，温州市直机关龙舟俱乐部舵手、温州市人民检察院检察官项秉忠赶紧跑到1楼献血。“平时工作太忙，今天正好过来入库，顺便也献个血，献完这400毫升，我的献血总量便达到了4000毫升，完成了我的第一个献血目标。”项秉忠不好意思地说，其实这点量不值一提，但因为他定下的目标，现在完成了，他难掩兴奋。

说起自己的第一次献血，还是大一的时候。“那时候年轻，满腔热情，一说去献血，想都没想，几个同学便骑着自行车一起去了。后来，基本上每年都会献一次。”项秉忠说，7·23动车事故，2020年新冠疫情，他都去献了血。用他的话说，这种危难之时，更要出手相助。

项秉忠说，可能在别人眼里，献血是件很大的事，可在献血者看来，真的微不足道。献血让他快乐，尤其是当他收到短信提示，血液已用于临床时，他为可以帮助别人感到特别开心。“献血应该可以献到60岁的吧，那我就准备献到60岁，我自己定了新的献血目标：8000毫升。看来，我得努力尽快完成这个目标才行。”项秉忠笑着说。

本报记者 胡宁

本周六有大型中医义诊活动

1月16日下午1点半到4点半，由浙江省中医药学会、温州市中医药学会主办，温州市中医院、浙派中医温州名医馆承办的大型义诊活动将在浙派温州名医馆举行。届时，骨伤科知名专家肖鲁伟、林国明、徐卫国，内科专家张光霁、叶人、杨军、陈炳、欧阳钦、曾耀明，儿科专家王晓鸣、王建明、黄建群、王爱敏、唐伟东以及妇科孙云团队、针灸科宋丰军队、皮肤科陈志伟团队等将在现场为市民提供义诊服务。所有义诊专家免收挂号费，为了助力疫情防控，参与义诊的市民可获得医用口罩一包，送完为止。

本报记者 胡宁

市中心医院院长孙军任长三角脑血管病专科联盟副会长

近日，由上海市医学会脑卒中专科分会、长三角卒中专科联盟主办，长江三角洲城市经济协调会智慧医疗发展联盟等承办的2020长三角卒中中心建设推进会暨长三角脑血管病专科联盟成立大会在沪举行。温州市中心医院院长孙军被推选为长三角脑血管病专科联盟副会长。作为温州市中心医院脑科中心主任和学科带头人，孙军自1999年开始从事脑血管病以来，长期致力于卒中相关工作。此次当选长三角脑血管病专科联盟副会长，充分说明同行对孙军及温州市中心医院卒中中心建设工作的认可，这将加速该院和长三角地区各医院之间的交流与合作。会上，孙军围绕推进长三角卒中防治一体化建设与参会专家和代表们一同分享了经验。

陈翔