

## 春暖花開，花粉症不要來

### 03-15

你正在享受美好的午後春光，突然間，你很想打噴嚏，結果一打不可收拾。你抓抓奇癢無比的鼻子，一邊思考自己究竟是怎麼回事，最後你懷疑是空氣裡的東西造成鼻子不適。若這聽起來不陌生，那你很可能是罹患花粉症。

花粉症是一種因空氣中大量的花粉與真菌孢子而引發的季節性過敏。這種過敏病症多發生於每年二月至五月間，林木會釋出大量花粉至環境中。花粉症常見的症狀包括眼睛發癢、流鼻水與經常打噴嚏。

奇怪的是，花粉症發作時，身體的免疫系統會對如花粉這種無害的物質產生過度反應。為了要對抗過量的花粉，體內會釋出一種名叫組織胺的化學物質至鼻腔、口、眼等部位，造成過敏反應。

遺憾的是，目前還沒有能根治花粉症的藥物。不過，這並不代表你得一直擤鼻涕中渡過整個季節。實際上，市面上有數種有效的藥物能舒緩大部分的症狀。視何種症狀最讓你困擾而定，來選擇噴鼻劑、眼藥水、或抗組織胺藥物等進行治療。大部分情況下，這些藥物都能迅速緩和花粉症的症狀，讓你再度春風滿面、精神百倍。