



# 花粉浓度较高 过敏人群注意防护



## 荧屏早知道

### 电视剧

#### ■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:牌坊下的女人(30—32)

方瑾见其贞险些流产,本性善良的她竟然又决定暂时不走,留下来照顾其贞,立天虽然反对,但对方瑾的倔强也无可奈何,只得同意。向云回季家寻找少川,发现徐凤琴竟然住在自己家中,还穿着自己的衣服,气急败坏地将这个消息告诉了佟善群,善群和守成立刻赶到季家,要强行将凤琴带回去,海青报复心作祟,竟然插手将凤琴留了下来。

### 专题

#### ■ 天津卫视

21:20 非你莫属

马圆的妈妈是名教师,从教二十八年。“作为父母我们不可能一辈子管着孩子,她想飞我陪她,任何时候她回头的时候我都站在她身后。”马圆妈妈的“父母之爱子,则为为之计深远”,让企业家们为之动容,段冬表示:“我作为企业的代表,有责任让更多的大学生能够去实习,进入企业一线,无论他们选择什么让他们有机会展翅高飞。”

### 电视节目表

#### ■ 天津卫视

19:30 剧场:情满四合院

21:20 非你莫属

#### ■ 新闻频道

18:30 天津新闻

18:57 都市报道 60分

#### ■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:牌坊下的女人

21:10 我身边的实践站

#### ■ 影视频道

19:00 强档剧场:代号十三钗

22:00 晚间剧场:下辈子还嫁给你

#### ■ 都市频道

18:20 津津有味

21:10 都市生活剧场:我的后半生

#### ■ 体育频道

18:00 旗开得胜

19:00 直播:中超联赛第5轮 天津 VS 青岛海牛

#### ■ 教育频道

19:25 问律师

20:10 百医百顺

(节目如有变动 以当天播出为准)

### 明日演艺

#### ★ 剧目:相声专场

明日 19:30 名流茶馆

#### ★ 剧目:相声专场

明日 19:30 谦祥益文苑

#### ★ 剧目:相声专场

明日 19:30 天津市西岸相声剧场

#### ★ 剧目:相声专场

明日 19:30 民园相声茶馆

#### ★ 剧目:相声专场

明日 19:30 哏都青年相声剧场

#### ★ 剧目:相声专场

明日 20:00 武清怡笑坊相声会馆

(么家佳)

最新气候趋势预测显示,预计2026年4月中旬至5月上旬,全市大部分地区气温较常年同期偏高,降水量接近常年同期。该时段全市平均气温为18℃左右,平均降水量为30毫米左右。气象部门提醒,近期气温波动明显,请市民及时关注天气变化,合理调整着装。

### 春暖花开易过敏 专家支招防花粉

春日里想高高兴兴去赏花,却担心花粉过敏,不少市民正被这个问题困扰。本市气象专家为您详解花粉来源及防护措施。

据介绍,本市每年春季(3至5月)主要是杨、柳、柏、松、白蜡等树木的花粉;夏秋季(8至9月)则以葎草、蒿草、藜科、禾本科等杂草类花粉为主。杂草类花粉致敏性更强。通常3月进入花粉期,4月起气温升高,花粉浓度维持在较高水平,持续至5月底。

花粉浓度受气温、风、降水等因素综合影响。气温高会使花粉季提前或延长,提高花粉浓度。风速适中时,花粉被吹到空气中长时间停留,浓度较高;风速太小不易飘散,太大则快速扩散。降水对花粉有明显沉降作用,空气湿度高时花粉吸湿沉降,干燥则利于悬浮。天气晴好、湿度低、风速稳定、无降水的条件最利于花粉传播。市民可关注气象部门发布的花粉过敏气象指数,提前防护。

气象专家提出建议,外出佩戴口罩、眼镜、纱巾,返回后及时清洗鼻腔和面部,减少花粉接触。花粉浓度高峰为每日10时至16时,过敏人群可避开此时段户外活动。过敏体质尤其是哮喘病人,要远离树木和花草密集路段,症状严重影响生活时及时就医。花粉过敏是逐渐发展的过程,及时区分并确定过敏原,才能更好控制症状。

记者 王婷 通讯员 张妍

4月10日,天津进入杨絮飘飞季。街头巷尾,白色的绒毛随风起舞,像雪花般轻盈。预计未来一周将达到盛飞高峰期。天津市气象局发布预报:中心城区4月12日进入杨絮盛飞期,环城四区(西青、北辰、东丽、津南)4月15日前后进入。为服务市民健康,市气象局同步启动2026年春季花粉浓度监测工作,全面开展花粉气象监测与预报服务。

摄影 记者 曹彤



## 不是“手抖”那么简单,帕金森病知多少?

新华社西安4月11日电(记者 薇娟)4月11日是世界帕金森病日,数据显示,我国65岁以上人群帕金森患病率达1.7%,且随年龄增长而升高。帕金森病的病因是什么?有哪些典型症状?帕金森病常见误诊情况有哪些?如何防治帕金森病?听听专家怎么说。

### 帕金森病的病因是什么?

空军军医大学唐都医院神经外科主任医师王学廉介绍,帕金森病是一种神经系统退行性疾病,其病因尚未完全明确,但目前主流研究认为可能与三大因素相关:一是遗传因素,约10%的患者有家族史,早发型患者中遗传因素作用更显著;二是环境因素,长期接触农药、杀虫剂、重金属等有毒物质,会增加患病风险;三是神经系统老化,随着年龄增长,脑内黑质多巴胺能神经元出现退行性改变。

### 帕金森病有哪些典型症状?

王学廉表示,帕金森病的症状

分为运动和非运动两类。运动症状核心可概括为“抖、僵、慢、走不稳”,静止状态下的搓丸样手抖、肢体关节僵硬、日常动作迟缓、走路摆臂减少且易摔倒为典型表现,症状常始于一侧上肢,逐渐累及全身。非运动症状易被忽视,包括嗅觉减退、手脚麻木、夜间多梦大喊、长期便秘、不自觉流口水,以及抑郁、焦虑、记忆力下降等,这些信号的出现需提高警惕,及时排查。

### 帕金森病的常见误诊有哪些?

王学廉表示,临床中帕金森病治疗率偏低,早期易出现误诊是重要原因。常见误诊主要分为两类:一类是患者无震颤症状,仅表现为肢体僵硬、动作迟缓,常被误诊为颈椎病、脑梗等;另一类是患者有震颤症状,但易与特发性震颤、甲亢混淆,其中特发性震颤的特点是拿东西、写字等动作时手抖,与帕金森病静止时手抖的典型特征有明显区别。

### 如何防治帕金森病?

王学廉介绍,帕金森病的治疗核心是缓解症状、控制进展、提高生活质量,主要采用“药物+手术+康复”三位一体的综合治疗。药物是治疗帕金森病的首选,贯穿治疗过程的始终,患者必须遵医嘱服药,不能擅自调药、停药。脑起搏器手术治疗在帕金森病的治疗中展现出显著的效果,能缓解相关运动症状和并发症。康复锻炼也必不可少,坚持关节、平衡训练,搭配合理饮食和家人的心理陪伴,才能让治疗效果更好。

空军军医大学唐都医院神经外科主治医师李楠提醒,养成良好的生活习惯,或能降低患帕金森病的风险。保持规律作息,避免熬夜;适当进行太极、散步、慢走等温和运动,锻炼肢体协调性和平衡能力;饮食上荤素搭配、营养均衡,多吃蔬菜、水果和粗纤维食物,预防便秘;保持积极乐观的心态,避免长期焦虑、抑郁;远离农药、重金属等有害环境因素。