

柳絮要来了,这类人群要注意!

沈阳市气象局发布提醒

“五一”小长假将近,气温回升的脚步加快,细心的小伙伴们已经发现,空气中不仅有了春夏的气息,飞絮也在“跃跃欲试”了。近日,沈阳市气象局发布了《沈阳2026年柳树飞絮期预测分析》,预计今年沈阳市柳树飞絮开始期比历年平均偏早3~4天,并发出相关提醒。



4月以来总体气温偏高1.5℃

4月以来,沈阳市气温总体偏高,各地平均气温为11.4℃,比历年同期高1.5℃。4月3日,沈阳市出现首场透雨,4月上旬出现阶段性低温,4月上旬全市平均气温7.5℃,比历年同期低0.2℃;4月中旬全市平均气温13.0℃,比历年同期高2.4℃。康平、法库地区平均气温稳定通过10℃的初始日期为4月12日,其他地区为4月8日,截至4月26日,沈阳市各地10℃积温为246.5℃·d。

今年柳絮出现将会较早 这个时段要注意

根据最新气象资料分析,预计未来10天沈阳市气温较历年同期偏高1℃左右,4月30日、5月3~6日风力较大。4月29日气温明显回升,5月4日最高气温可达25℃以上,满足柳树生长所需要热量条件,柳树逐步进入果实成熟期。

柳絮,即柳树的种子,上面有白色绒毛,随风飞散如飘絮,所以称为“柳絮”。干燥、高温、光照充足、湿度小,有一定风速的天气易造成柳絮的飘散。

结合沈阳市垂柳物候观测和果实脱落期气象预测模型综合分析,今年沈阳市柳树飞絮开始期早于去年,比历年平均偏早3~4天。预计市区柳树飞絮开始期为5月5日~6日,末期为5月21日~22日,市郊飞絮开始期为5月6日~8日,末期为5月23日~24日,盛飞期持续16~19天。

沈阳市气象局也发布提醒,在晴朗天气10时至16时是柳絮飘飞的高发时段,易敏人群需减少在该时段外出,尽量避免有飞絮的地方。如遇外出,记得戴好口罩,遮住口鼻减少飞絮感染。

本报记者 马巧慧

“蜱虫病”纳入乙类传染病 专家教你科学防范

2026年4月1日起,国家正式将发热伴血小板减少综合征(俗称“蜱虫病”)纳入乙类传染病管理,这一举措旨在强化防控力度,守护群众健康。沈阳市第六人民医院感染一科副主任医师李丹提醒,该病起病隐匿、进展快、重症病死率高且存在人际传播风险,公众需提高警惕、科学预防。

为何“蜱虫病”纳入乙类传染病?

发热伴血小板减少综合征是由新型布尼亚病毒引起的急性传染病。2009年我国首次报告病例,目前多地有散发病例。此次升级管理,核心原因在于其高风险特征:

起病隐匿:早期症状酷似感冒,易误诊漏诊;

进展迅猛:病情可快速恶化,重症患者病死率较高;

传播特殊:除蜱虫叮咬传播外,直接接触感染者或感染动物的血液、血性分泌物等也可能导致人际传播,偶发家庭聚集性病例和医护人员感染。

认清症状!警惕“感冒样”伪装

李丹介绍,该病典型症状可概括为发热、血小板白细胞减少、出血表现三大核心特征,早期极易混淆为普通感冒。

发热:几乎所有患者出现38℃以上高热,可持续7-10天;

血小板和白细胞减少:这是核心特征,血常规可见指标进行性下降;

出血表现:皮肤瘀点、牙龈出血、鼻出血,严重者出现消化道、肺出血;

其他症状:乏力、头痛、肌肉酸痛、恶心呕吐、腹痛腹泻。

重症高风险人群:老年人、糖尿病、高血压、心脏病等基础病患者,以及未及时就诊者,易出现意识障碍、多器官衰竭,死亡风险显著升高。

牢记“避、防、清、早”四字诀

“蜱虫病”可防可控,李丹给出四字预防口诀,覆盖野外、居家、就医全场景:

避:野外活动避开草地、树林等蜱虫密集区域,不长时间坐卧;

防:穿浅色长袖长裤,扎紧袖口裤脚,皮肤暴露部位涂抹含避蚊胺成分驱虫剂;

清:清除住宅周边杂草,定期给宠物、家畜驱虫,避免携带蜱虫回家;

早:出现不明原因发热,且有野外活动、蜱虫叮咬或动物接触史,立即就医,主动告知暴露史,切勿自行用退烧药掩盖病情。

此外,照护患者时需做好防护,佩戴口罩、手套,接触患者血液、分泌物后严格洗手消毒,污染物按医疗废物规范处置。

单强

科学应对“四月飞雪”的困扰

辽宁省疾控中心发布春季柳絮防护指南

春风里漫天飞舞的柳絮,是杨树、柳树等杨柳科植物的种子传播载体,虽为春日增添灵动,却易引发打喷嚏、咳嗽、皮肤瘙痒等不适。这份防护指南将带你科学认识柳絮,学会与它“和平相处”,轻松度过柳絮纷飞季。

柳絮知多少:春日“飞雪”的自然密码

柳絮是毛白杨、垂柳等杨柳科植物种子的附属绒毛,如同“小降落伞”包裹种子,借风力完成自然繁衍。当春季气温稳定升至15℃以上、日照时长增加,杨柳树进入生殖成熟期,单株雌株可释放数万至数十万颗带绒毛种子,大量绒毛飘散便形成“四月飞雪”的景象。

潜在影响:不只是过敏,这些风险要警惕

柳絮本身并非强过敏原,但会吸附灰尘、花粉、霉菌孢子及各类污染物,这些“附着物”会成为健康隐患,同时柳絮本身也存在其他潜在风险,主要影响包括:

呼吸道刺激 吸入含污染物的柳絮,易诱发咳嗽、咽干咽痛,可能加重哮喘、支气管炎等慢性呼吸道疾病,儿童、老人及呼吸道敏感人群受影响更显著。

皮肤过敏 接触皮肤后易引发接触性皮炎,面部、颈部、手臂等暴露部位易出现红斑、丘疹、瘙痒。

眼部不适 飘入眼睛会刺激眼结膜,引发过敏性结膜炎,出现红肿、干涩、流泪、异物感等症状。

火灾风险 柳絮质地轻盈、干燥易燃,大量堆积在墙角、绿化带、建筑缝隙等区域,遇明火极易引发火灾,春季干燥期需格外警惕。

科学防护:全方位规避困扰

应对柳絮困扰,无需过度恐慌,遵循“减少接触、做好

防护、及时应对、长效治理”的原则,从环境管理到个人防护层层落实,就能有效降低其影响。

环境管理:从源头减少接触。避开白天光照强、湿度低、风力大的柳絮高发时段,选择清晨、傍晚或雨后外出,此时柳絮飘散量大幅减少;

室内及时关闭门窗,配合空气净化器、新风系统过滤柳絮及污染物,定期用湿抹布、吸尘器清扫,避免柳絮堆积;衣物尽量室内晾晒,室外晾晒需避开高发时段;

社区、单位可对辖区内杨柳树雌株开展枝条修剪,或专业注射赤霉素抑制剂,减少种子产生,从源头降低飘散量。

个人防护:构建“物理屏障”。外出佩戴N95口罩或专用防花粉口罩,搭配护目镜、太阳镜,分别防止柳絮吸入和入眼。

衣物选择有讲究,穿长袖长裤、光滑面料的衣物,减少柳絮附着;外出归来后,外衣放置在室外,并用清水清洗面部、鼻腔,清除柳絮残留。

皮肤敏感人群外出前,在暴露部位涂抹保湿霜、隔离霜形成保护膜;若接触柳絮后出现瘙痒,切勿抓挠,及时用清水冲洗,必要时冷敷缓解。

健康监测:出现症状科学应对。过敏体质人群可在医生指导下,提前备好抗组胺药物、鼻用激素喷雾,并在出现轻微过敏症状时遵医嘱用药;

若出现持续咳嗽、胸闷、呼吸困难,皮肤大面积红肿瘙痒,或眼睛红肿疼痛无法缓解等严重症状,立即就医,切勿自行用药延误病情。

提示:非过敏体质人群长期吸入带污染物的柳絮,也可能出现咽干、咳嗽、眼睛干涩等不适,尤其是室外工作、活动人群,建议做好基础防护。

据辽宁省疾病预防控制中心公众号