



内蒙古日记

# 北方新报

®

蒙古文

★内蒙古日报社主管主办 ★《北方新报》编辑部出版

2024年8月19日 星期一 农历甲辰年七月十六 第6645号

鼻炎病友注意了

花粉高浓度集中爆发期持续至9月中旬

此起波伏的喷嚏，  
彻夜难眠的鼻塞，  
不够用的抽纸

……  
对许多人来说，  
和秋天一起到来的，  
不只是降温，  
还有恼人的鼻炎！

呼和浩特市赛罕区气象局花粉浓度实况监测数据显示，2024年秋季花粉首次高浓度出现在7月5日，且浓度达极高级别（市区南部375粒/1000m<sup>2</sup>、市区中部273粒/1000m<sup>2</sup>、市区东部539粒/1000m<sup>2</sup>），显出极端特性（出现时间早，浓度较高）。7月28日各监测站点花粉浓度均达高级别，8月5日起进入集中爆发期，浓度均达高级别以上。

据呼和浩特市赛罕区气象局工作人员红英介绍，根据前期气象条件及植被长势综合分析，预计呼和浩特市秋季花粉高浓度集中爆发期持续至9月中旬，主要以菊科蒿属、藜科为主。

秋季是过敏性鼻炎的高发期，花粉浓度飙升，鼻炎病友要多多注意、做好防护！



## 气象部门建议鼻炎病友：

尽量避免外出，减少与易过敏花草植物接触；  
加强防护，外出时戴好口罩，佩戴眼镜或护目镜等，尽量不穿易粘附花粉的外衣；

回家后立即清洗鼻腔、面部，适时洗澡，以减少花粉在面部、鼻腔、头发滞留的时间，清扫外衣上的花粉颗粒，脱去外衣；

尽量减少开窗，开窗通风可能会增加室内花粉量，增加致敏几率，室内可使用空气净化器和有过滤功能的空调。

文/草原云·北方新报记者 马丽侠



总编辑：韩方志 本版主编：陈汇江 版式策划：兰峰 责任校对：颜华

新闻热线：0471-6651113

国内统一连续出版物号：CN 15-0052 邮发代号：15-21 广告许可证号：1500004000009 监督电话：0471-6635324 广告中心电话：0471-6635225 发行中心电话：0471-6659531 地址：呼和浩特市金桥开发区内蒙古日报社 邮编：010040 印刷单位：内蒙古日报社印务中心 地址：呼和浩特市金桥开发区乌尼尔西街 电话：0471-6635885