

崔玉涛

最新
NEW
升级版

图解家庭育儿 4

直面·小·儿·过·敏

崔玉涛 / 著



- 湿疹 ·
- 荨麻疹 ·
- 咳嗽 ·
- 鼻塞 ·
- 哮喘 ·



媒体争相邀约的儿科专家 / 拥有580万妈妈微博粉丝
深入浅出的非处方语言 / 30年儿科临床经验总结

人民东方出版传媒
东方出版社

崔玉涛 图解家庭育儿

最新
★★NEW★★
升级版

4

直面·小儿·过敏

崔玉涛 / 著



获得更多资讯，请关注：
科学家庭育儿微信公众号



中国商品信息防伪验证中心



人民东方出版传媒
东方出版社
正品标识
电话查询: 4006-276-315
网站查询: www.china3-15.com
短信查询: 400800#防伪码至12114

刮涂层 输密码 查真伪

正版查验方式：

1. 刮开涂层，获取验证码；
2. 扫描标签上二维码，点击关注；
3. 查找菜单“正版查验”栏；
4. 输入验证码即可查询。

人民东方出版传媒
东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

崔玉涛图解家庭育儿: 最新升级版.4 / 崔玉涛 著. — 北京: 东方出版社, 2016.11

ISBN 978-7-5060-9325-5

I. ①崔… II. ①崔… III. ①婴幼儿—哺育—图解 IV. ①TS976.31-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第269989号

崔玉涛图解家庭育儿: 最新升级版.4

(CUIYUTAO TUJIE JIATING YU' ER : ZUIXIN SHENGJIBAN.4)

作 者: 崔玉涛

策 划 人: 刘雯娜

责任编辑: 郝 苗

出 版: 东方出版社

印 刷: 天津市豪迈印务有限公司

版 次: 2017年1月第1版

印 次: 2017年3月第2次印刷

印 数: 20 001—40 000册

开 本: 787毫米×1092毫米 1/20

印 张: 8

字 数: 122千字

书 号: ISBN 978-7-5060-9325-5

定 价: 36.00元

发行电话: (010) 85800864 13681068662

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 58487165

崔大夫最新升级版寄语

从2001年起在《父母必读》杂志开办“崔玉涛医生诊室”专栏至今，在逐渐得到社会各界认可的同时，我也由一名单纯的儿科临床医生，逐渐成长为具有临床医生与社会工作者双重身份和责任的儿童工作者。我坚信，作为儿童工作者，就应有义务向全社会介绍自己的知识、工作经验和体会。

从2006年开办个人网站，到新浪博客之旅，又转战到微博，至今已连续1400多天没有中断每日微博的发布，累计发布微博达6000多条，粉丝达到550万。在微博内容得到众多网友的青睞之时，我深切感受到大家对更多育儿知识的渴求。微博虽然传播速度快，但内容碎片化，不能完整表达系统的育儿理念。于是，2015年2月5日成立了“北京崔玉涛儿童健康管理中心有限公司”，很快推出了微信公众号“崔玉涛的育学园”和育儿APP“育学园”，近期又在北京创立了第一家“崔玉涛育学园儿科诊所”。其目的就是全方位、立体关注儿童健康，传播科学育儿理念，为中国儿童健康服务。

为了能够把微博上碎片化的知识整理成较为系统的育儿理论，在东方出版社的鼎力帮助和支持下，经过一定的知识补充，以漫画和图解的形式呈现给了广大读者。这种活跃、简明、清晰的形式不仅是自己微博的纸质出版物，而且能将零散的微博融合升华成更加直观、全面、实用的育儿手册。本套图书共10本，一

经面世就得到众多朋友的鼓励和肯定，进入到育儿畅销书行列。为此，我由衷感到高兴。这种幸福感必将鼓励我继续前行，为中国儿童健康事业而努力。

此次发行的最新升级版，就是为了满足更多朋友的需要，希望将更多的育儿知识传播给需要的人们。我们一道共同了解更多育儿理念，才能营造出轻松、科学养育的氛围。我的医学育儿科普之旅刚刚启程，衷心希望更多医生、儿童健康工作者、有经验的父母加入进来，为孩子的健康撑起一片蓝天，铺就一条光明之路。



2016年9月18日于北京

目录

contents

1

图解小儿过敏

什么是过敏	3
过敏的三种类型	5
过敏的三个不同阶段	7
如何寻找过敏原	9
如何处理过敏原	11
过敏的对症治疗	13
过敏的对因治疗	15
过敏的益生菌疗法	17
如何预防小儿过敏	21





2

小儿食物过敏

什么是食物过敏	25
家长应该知道的小儿食物过敏知识	27
预防过敏一定要从第一口奶开始	31
婴儿对母乳过敏	33
婴儿牛奶蛋白过敏的判断	35
婴儿母乳喂养为何还会出现牛奶蛋白过敏	37
婴儿牛奶蛋白过敏的治疗	39
婴儿对牛奶耐受不良的原因	41
婴儿对鸡蛋过敏	43
为何不建议给 1 岁内的婴儿添加干果	45
给婴幼儿吃食物应该注意的问题	49

3

小儿过敏的表现与应对方法

过敏在皮肤上的表现.....	55
孩子得了荨麻疹的处理方法.....	59
寻找孩子湿疹的原因.....	61
孩子湿疹的皮肤护理.....	63
帮助改善湿疹可以用益生菌.....	67
过敏在胃肠系统的表现.....	69
如何认识和治疗咳嗽.....	71
孩子反复咳嗽要考虑过敏.....	73
孩子一进入某种环境就咳嗽要考虑过敏.....	75
孩子为何突然剧烈咳嗽.....	77
孩子鼻塞、打鼾，别忘寻找过敏原.....	79
孩子得了过敏性鼻炎怎么办.....	83
喘不一定是哮喘.....	87
如何治疗过敏性哮喘.....	93
从家居环境开始预防哮喘.....	97
雾化吸入治疗孩子呼吸道问题.....	101
添加辅食后孩子出现过敏.....	103





4

崔大夫门诊问答

过敏能够根治吗	109
等孩子长大些过敏就会自然改善吗	111
父母过敏会遗传给宝宝吗	113
家里养宠物会让孩子过敏吗	115
如何预防养宠物给孩子带来的过敏	117
喝牛奶过敏的孩子喝羊奶过敏会消失吗	121
为何牛奶过敏的孩子容易对其他食物过敏	123
接种疫苗前要通过吃鸡蛋来确定孩子是否 对鸡蛋过敏吗	125
湿疹是湿热引起的吗	129
经常感冒咳嗽的孩子一定是免疫功能低下吗	131
宝宝过敏和猩红热如何区分	137
季节性过敏如何预防	139
防过敏，这四种食物不要吃	141
牛奶、大米、小麦都过敏，该吃什么呢	143
牛油果那么好，为什么宝宝吃了会过敏	147
鸡蛋很有营养，过敏还能吃吗	149



1

图解小儿过敏



过敏的现代认识

当人体免疫系统对来自空气、水源、接触物或食物中的天然无害物质出现过度反应时，就可认为人体出现了过敏。



人体免疫系统



天然无害物质



过度反应

● 什么是过敏

婴幼儿过敏目前是目前全世界最关注的公共健康问题之一，被称为 21 世纪最具流行性的非感染性疾病现象。

当人体免疫系统对来自空气、水源、接触物或食物中天然无害物质出现过度反应时就可认为人体出现了过敏。其中的三个关键词是：人体免疫系统、天然无害物质和过度反应。过敏不是因为免疫功能低下，反而是免疫功能异常增强而导致的。

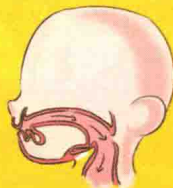
过敏主要累及皮肤、消化系统和呼吸系统。累及皮肤可出现荨麻疹、血管神经性水肿或特异性皮炎（湿疹）；累及消化系统可出现呕吐、恶心、腹痛、腹泻、便秘、大便带黏液及血液、生长迟缓；累及呼吸系统可出现频繁打喷嚏、流鼻涕、咳嗽、喘息等。除了皮肤表现，过敏的其他表现不够特异，往往很难在早期得到诊断。

过敏的病理机制

IgE介导：急性发作，累及一个或多个器官。



累及皮肤：荨麻疹和血管神经性水肿。



累及呼吸系统：鼻结膜炎和哮喘。



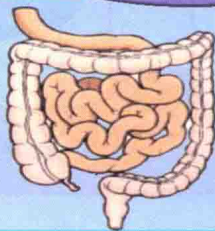
累及胃肠道：恶心、呕吐和腹泻。

非IgE、细胞介导：



迟发或慢性发作，常见临床表现为小肠结肠炎和直肠炎。

IgE—非IgE联合介导：



急性、延迟或慢性发作，以特异性皮炎或一种嗜酸性胃肠病为表现。

● 过敏的三种类型

根据发生的不同机理，过敏可分为 IgE（血液免疫球蛋白 E）介导、非 IgE 介导和 IgE—非 IgE 联合介导三种类型。

IgE 介导类型发病急，遇到过敏原后数分钟至数小时内发病。皮肤可表现出荨麻疹、血管神经性水肿；呼吸系统表现出鼻炎、眼结膜炎、哮喘等；消化系统表现为恶心、呕吐、腹泻等。

非 IgE 介导类型发病缓慢，遇到过敏原后 48 至 72 小时才发病。主要出现消化道表现，类似肠炎。IgE—非 IgE 联合介导类型发病有时急，多数情况较为缓慢，以特异性皮炎（湿疹）或胃肠病为表现。

平常提到的过敏原检测包括皮肤点刺试验、血 IgE（免疫球蛋白 E）检测都是针对 IgE 介导过敏而言，所以不是所有过敏都能通过过敏原检测确定。孩子进食、接触或吸入某些物质后的反应及回避后症状消失的速度和程度，以及再次进食、接触和吸入后同样症状再次出现的速度和程度才是诊断过敏最准确的指标。



皮肤表现：瘙痒、红斑、荨麻疹、湿疹。



胃肠道：食后呕吐（注意不是溢奶）、腹泻、便秘，特别是腹泻、便秘交替出现、严重腹绞痛等。

过敏的表现



上呼吸道：鼻痒、打喷嚏、流涕、鼻塞等。



下呼吸道：咳嗽、胸闷、喘息、气短等。

● 过敏的三个不同阶段

过敏是人体免疫系统对外来物质的异常反应过程，它会随着时间不断变化。过敏有皮肤和胃肠道、上呼吸道及下呼吸道三个不同阶段的表现。

过敏主要影响人体三大系统：皮肤、消化系统和呼吸系统，其中胃肠和皮肤表现最早。进食后出现呕吐（注意不是溢奶）、腹泻、便秘，特别是腹泻、便秘交替出现以及严重腹绞痛等都可能是过敏表现。过敏常见于皮肤。急性过敏，即 IgE 介导过敏，表现为皮肤瘙痒、红斑、局部或全身风团表现——急性荨麻疹。嘴唇、脸部和眼周的急性血管神经性水肿也是过敏的急性表现。慢性皮肤过敏表现除了瘙痒、红斑外，主要为特异性皮炎（湿疹）。了解急慢性过敏表现，目的是为了尽可能从生活中寻找过敏原。

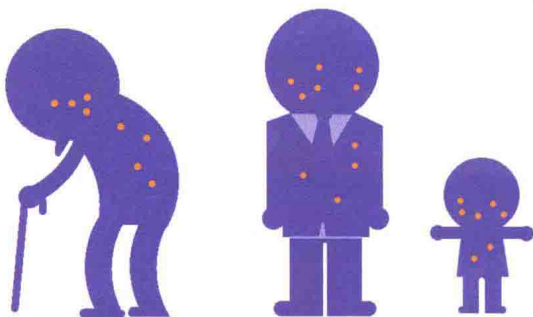
过敏时间较长后，可侵袭呼吸道。上呼吸道表现类似“感冒”，反复流涕、咳嗽、扁桃体肿大、腺样体肥大等。急性、IgE 介导过敏的上呼吸道症状，包括鼻痒、打喷嚏、流涕或鼻塞、结膜炎等；下呼吸道症状包括咳嗽、胸闷、喘息或气短。对于“反复”呼吸道感染，必须区分是免疫功能低下所致，还是与过敏相关。没有结论之前，不要轻易使用免疫增强剂，以免过敏加重。

家长不要以为过敏会随着孩子成长一定会自动改善，过敏会随着时间的推移不断变化，有些情况会越发展越难治。家长只有了解了过敏的发展转变，了解了过敏的严重性，才能够做到及早预防和治疗。

过敏的诊断方法



家族史
个人及



皮肤
试验



贴片



点刺 刮痕



皮内注射

血清学
检测

- 总血清IgE—脐血IgE
- 特异性IgE (+/-; +++, ++, +, ±, -; 具体数值)

食物回避



激发试验