

医药科普丛书·常见病防治系列

一本书



过  读懂
敏性 
疾病

主编 尹 慧

中原出版传媒集团
中原农民出版社

医 药 科 普 丛 书 · 常 见 病 防 治 和 康 复

一本书读懂 过敏性疾病

主编 尹 慧

中原出版传媒集团

中原农民出版社

· 郑州 ·

图书在版编目(CIP)数据

一本书读懂过敏性疾病/尹慧主编. —郑州:中原出版传媒集团,中原农民出版社,2013. 3

(医药科普丛书/温长路主编. 常见病防治系列)

ISBN 978—7—5542—0058—2

I. 一… II. ①尹… III. ①变态反应病—防治—问题解答
IV. ①R593.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 279383 号

出版:中原出版传媒集团 中原农民出版社

地址:河南省郑州市经五路 66 号

邮编:450002

网址:<http://www.zynm.com>

电话:0371—65751257

发行单位:全国新华书店

承印单位:辉县市伟业印务有限公司

投稿邮箱:zynmpress@sina.com

医卫博客:<http://blog.sina.com.cn/zynmcbs>

策划编辑电话:0371—65788653

邮购热线:0371—65724566

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:11.75

字数:168 千字

印数:1—3000 册

版次:2013 年 3 月第 1 版

印次:2013 年 3 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978—7—5542—0058—2

定价:22.00 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

医药科普丛书·常见病防治系列

编委会

主 编 温长路

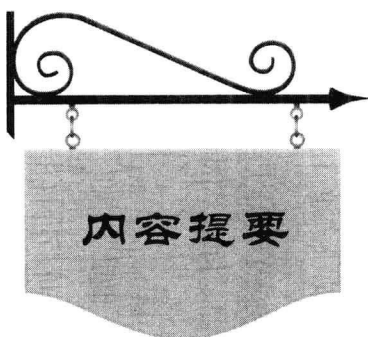
编 委 (按姓氏笔画排序)

尹 慧 刘金权 杜文森

吴建忠 邱 彤 邱保国

张丽萍 赵 辉 袁建桥

本书主编 尹 慧



随着生活环境和生活方式的改变,过敏性疾病的发病率有逐年上升的趋势,给人们的工作和生活带来不少烦恼和困扰。本书采用一问一答形式,将专家在临床上经常遇到的、过敏性疾病患者关心的问题,用通俗的语言,穿插典型的案例,为患者一一进行解答。全书详细介绍过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性皮肤病等常见过敏性疾病的发病原因、特点、治疗及预防,并专门介绍中医药防治过敏性疾病的方法。

人类疾病谱虽然不断发生着变化,但常见病依然是影响健康长寿的最主要因素。以最多见的慢性病为例,心脑血管疾患、恶性肿瘤、呼吸系统疾病、糖尿病每年的死亡人数分别为1700万、760万、420万、130万,占世界死亡人数的85%左右,其中有30%的死亡者年龄还不足60岁。我国的情况也不乐观,政府虽然逐年在增加医疗投资,但要解决好13亿人口的健康问题,还必须循序渐进,抓住主要矛盾,首先解决好常见病的防治问题。如何提高人们对健康的认知、对疾病的防范意识,是关系国计民生的紧迫话题,也自然是医药卫生工作者的首要任务。

2009年10月,在长春市召开的庆祝中华人民共和国成立60周年全国中医药优秀科普著作颁奖大会上,中原农民出版社的刘培英编辑提出了要编纂一套《医药科普丛书·常见病防治系列》的设想,并拟请我来担任这套丛书的主编,当时我就表示支持。她的设想,很快得到了中原农民出版社领导的全力支持,该选题被列为2011年河南省新闻出版局的重点选题。2010年,他们在广泛调查研究的基础上,筛选病种、确定体例、联系作者,试验性启动少量作品。2011年,在取得经验的前提下,进一步完善编写计划,全面开始了这项工作。在编者、作者和有关各方的通力合作下,《一本书读懂高血压》、《一本书读懂糖尿病》、《一本书读懂肝病》、《一本书读懂胃病》、《一本书读懂心脏病》、《一本书读懂肾脏病》、《一本书读懂皮肤病》、《一本书读懂男人健康》、《一本书读懂女人健康》、《一本书读懂孩子健康》、《一本书读懂颈肩腰腿痛》和《生儿育女我做主》12本书稿终于脱颖而出,在龙年送到了读者面前。今年,《一本书读懂失眠》、《一本书读懂过敏性疾病》、《一本书读懂如何让孩子长高》、《一本书读懂口腔疾病》又和大家见面了,这的确是一套适合普通百姓看的科普佳作。

在反映疾病的防治方法上,如何处理好中西医学的关系问题,既是个比较敏感的话题,又是个不容回避的问题。我们的态度是,要面对适应健康基本目的和读者实际需求的大前提,在尊重中西医学科各自理念的基础上,实现二者的结合性表述:认知理念上,或是中医的或是西医的;检查手段上,多是西医的;防治方法上,因缓急而分别选用中医的或西医的。作为这套书的基本表述原则,想来不必羞羞答答,还是说明白了好。毋庸遮掩,这种表述肯定会存在有这样或那样的不融洽、不确切、不圆满等不尽如人意处,还需要长期的探索和艰苦

的磨合。

东方科学与西方科学、中医与西医，从不同的历史背景之中走来，这是历史的自然发展。尽管中医与西医在疾病的认识上道殊法异，但殊途同归，从本质上看，中西医之间是可以互补的协作者。中西医之间要解决的不是谁主次、谁能淘汰谁的问题，而是如何互相理解、互相学习、互相取长补短、互相支持、互相配合的问题。这种“互相”关系，就是建立和诠释“中西医结合”基本涵义的出发点与归宿点。人的健康和疾病的无限性与医学认识活动的有限性，决定了医学的多元性。如果说全球化的文化样态必然是不同文化传统的沟通与对话，那么，全球时代的医疗保健体系，必然也是不同医疗文化体系的对话与互补。当代中国医疗保健体系的建立，必然是中西医两大医学体系优势互补、通力合作的成果。中西医长期并存、共同发展，是国情决定、国策确立、国计需求、民生选择的基本方针。从实现中华民族复兴、提高国民健康素质和人类发展进步的共同目标出发，中西医都需要有更多的大度、包容、团结精神，扬长避短，海纳百川，携手完成时代赋予的共同使命。医学科普，是实现中西医学结合和多学科知识沟通的最佳窗口和试验田。不管这一认识能不能被广泛认可，大量的医学科普著作、养生保健讲座实际上都是这样心照不宣地进行着的，无论是中医的还是西医的。

世界卫生组织称，个人的健康和寿命 60% 取决于自己、15% 取决于遗传、10% 取决于社会因素、8% 取决于医疗条件、7% 取决于气候的影响，这就明确告诉我们，个人的健康和寿命，很大程度取决于自己。“取决”的资本是什么？是对健康的认知程度和对健康正负因素的主动把握，其中最主要的就是对疾病预防问题的科学认识。各种疾病不仅直接影响到人的健康和生活质量，而且严重影响到人的生存状况和寿命。我国人均寿命从新中国成立之始的 35 岁升高到 2005 年的 73 岁，重要原因之一就是疾病防治手段不断得到改善和提高。如果对疾病防控的技术能够再提高一些，这个数字还有上升的余地。摆在读者面前的这套《医药科普丛书·常见病防治系列》，就是基于这种初衷而完成的，希望读者能够喜欢它、呵护它、帮助它，让它能为大家的健康给力！

新书出版之际，写上这些或许不着边际的话，权以为序。

温书路

2013 年春 于北京

第一章 过敏性疾病的基本知识

1	你了解过敏性疾病吗	1
2	你知道世界过敏性疾病日吗	2
3	免疫是怎么回事	3
4	免疫反应与变态反应有什么不同	4
5	变态反应有哪些类型	4
6	药物变态反应有哪些特点	6
7	药物变态反应的表现有哪些	7
8	什么是药物的交叉过敏	11
9	可引起交叉过敏的常用药物有哪些	12
10	如何预防交叉过敏反应的发生	12
11	什么是多发过敏	13
12	什么是局部过敏	13
13	常见的过敏性疾病都有哪些	14
14	如何诊断过敏性疾病	14
15	春季常见的四大过敏性疾病是什么	15
16	过敏性疾病是怎么引起的	17
17	什么是过敏原	18
18	常见的过敏原有哪些	18
19	什么样的体质容易过敏	19
20	过敏性疾病会遗传吗	20
21	过敏性体质的人能养宠物吗	21
22	环境因素与过敏有关吗	22
23	古人最早是怎样认识过敏性疾病的	24

24	过敏性疾病与肠道菌群有关吗	24
25	海鲜过敏怎么会引起腹泻	26
26	什么是脱敏治疗	26
27	如何进行脱敏治疗	27
28	如何舌下含服进行脱敏治疗	27
29	过敏体质者怎么从生活细节上去预防过敏	27

第二章 常见的过敏性疾病

一、过敏性鼻炎	30
1 过敏性鼻炎有哪些表现	30
2 哪些原因会形成过敏性鼻炎	31
3 过敏性鼻炎能手术治疗吗	32
4 听力减退、耳闷、耳胀与鼻炎有关吗	33
5 过敏性鼻炎会发展成哮喘吗	33
6 长期使用滴鼻剂有害吗	34
7 喷嚏连连到底是过敏性鼻炎还是感冒	34
8 过敏性鼻炎如何正确用药	35
9 生活中如何防治过敏性鼻炎	37
10 治疗过敏性鼻炎常用方法有几种	38
二、过敏性哮喘	39
1 过敏性哮喘是怎么引起的	39
2 所有的哮喘都是过敏性的吗	40
3 过敏性哮喘能治愈吗	41
4 反复感冒会加重过敏性哮喘吗	42
5 胃食管反流会加重哮喘吗	43
6 胃食管反流诱发或加重哮喘的可能机制有哪些	44
7 哮喘引起胃食管反流的原因有哪些	44
8 哮喘合并胃食管反流如何治疗	45
9 女性妊娠时哮喘会加重吗	46
10 药物也能引起哮喘吗	47

11	运动会诱发哮喘吗	48
12	长期咳嗽和哮喘有什么关系	48
13	外出郊游时过敏性哮喘患者应注意什么	49
14	什么是哮喘的持续状态	50
15	对哮喘持续状态患者如何进行家庭急救	52
16	过敏性哮喘患者生活中应注意些什么	53
17	为什么预防哮喘需从胎儿期开始	53
18	过敏性哮喘为什么提倡吸入疗法	55
19	过敏性哮喘吸入疗法都包括哪些	56
20	吸入激素治疗哮喘影响孩子的生长发育吗	57
三、过敏性皮肤病		58
1	皮肤与过敏的关系你知道吗	58
2	为什么说皮肤和黏膜是人体的天然防线	58
3	常见的过敏性皮肤病有哪些	60
4	夏季常见的过敏性皮肤病有哪些	60
5	什么是接触性皮炎	62
6	生活中常见的哪些东西容易引起接触性皮炎	63
7	什么是颜面再发性皮炎	64
8	什么是激素依赖性皮炎	65
9	常见的误用激素情况有哪几种	66
10	婴儿尿布皮炎是怎么引起的	67
11	手机也能引起皮炎吗	67
12	如何防治接触性皮炎	68
13	特应性皮炎怎么从衣食住行来预防	69
14	佩戴首饰也能引起皮炎吗	70
15	皮带扣也能引起过敏性皮炎吗	71
16	染发剂致过敏性皮炎如何处理	72
17	吃完野菜晒太阳会引发皮肤过敏吗	73
18	一旦患了化妆品皮炎该怎么办呢	75
19	脸部红血丝也是一种皮炎吗	76
20	湿疹是怎么引起的	77

21	湿疹症状有哪些	78
22	湿疹的分型都有哪些	79
23	湿疹的西医疗法包括哪几种	80
24	激素类药物的弊端有哪些	81
25	湿疹有哪些特点	81
26	湿疹患者的五忌是什么	82
27	皮炎与湿疹有什么区别	82
28	干燥性湿疹是怎么回事	83
29	孩子爱喝饮料为什么会过敏呢	83
30	阴囊湿疹如何防治	84
31	婴儿湿疹是怎么回事	85
32	湿疹如何进行家庭防治	86
33	荨麻疹是怎么回事	86
34	与荨麻疹相关的过敏因素有哪些	87
35	荨麻疹发病机制如何	88
36	常见的荨麻疹类型有哪些	89
37	荨麻疹的危害到底有多大	91
38	荨麻疹应如何防治	92
39	妊娠和哺乳期慢性荨麻疹患者如何用药	93
40	荨麻疹应如何进行生活调护	94
41	血管性水肿也是过敏吗	94
42	血管性水肿怎么治疗	95
43	药疹的表现特点是什么	96
44	药物过敏与药物不良反应有什么区别	97
45	严重的药物过敏会出现休克吗	98
46	药疹的防治原则是什么	98
47	什么是特应性皮炎	99
48	特应性皮炎容易出现哪些并发症	100
49	秋冬季如何预防特应性皮炎	100
50	过敏性眼病都有哪些	100
51	过敏性结膜炎有哪些表现	101

52	过敏性结膜炎会影响视力吗	102
53	什么是春季结膜炎	103
54	春季结膜炎容易和哪些眼病混淆	103
55	如何预防过敏性结膜炎	103
56	过敏性结膜炎有哪些治疗方法	104
57	过敏性紫癜是怎么回事	105
58	过敏性紫癜有哪些表现	106
59	过敏性紫癜可以治愈吗	107
60	过敏性紫癜需要做哪些检查	108
61	如何防治过敏性紫癜	108
62	过敏性皮疹患者皮肤瘙痒时应注意什么	109
四、其他系统的过敏性疾病		110
1	过敏性肠炎是怎么回事	110
2	过敏性肠炎如何预防	111
3	过敏性肠炎与结肠炎如何区别	111
4	为什么过敏性肠炎采用灌肠治疗	112
5	过敏性肺炎是怎么回事	113
6	如何防治过敏性肺炎	116

第三章 过敏性疾病中医防治法

1	中医最早是怎么认识过敏性疾病的	117
2	中医对过敏性鼻炎和过敏性哮喘的关系是怎么认识的	118
3	如何生活调理预防过敏性疾病	118
4	中医如何辨证分型治疗过敏性鼻炎	119
5	穴位针灸防治过敏性鼻炎包括哪些方法	121
6	中医如何防治过敏性哮喘	121
7	中医如何防治接触性皮炎	124
8	治疗接触性皮炎常用的中成药有哪些	125
9	中医如何防治颜面再发性皮炎	126

10	中医如何防治湿疹	127
11	湿疹的中医外治方法有哪些	128
12	中医如何防治阴囊湿疹	129
13	中医如何防治荨麻疹	130
14	中医如何防治过敏性眼病	132
15	中医如何防治过敏性紫癜	133
16	中医如何治疗过敏性结肠炎	135
17	什么叫中医的扶正固本	135
18	哮喘患者可以参加运动锻炼吗	136
19	什么是冬病夏治	137
20	冬病夏治都有哪些方法	138
21	四季如何养生防过敏	139

附 录

附一:治疗过敏性疾病的偏方	150
1 过敏性鼻炎、鼻窦炎	150
2 过敏性哮喘	153
3 接触性皮炎	154
4 湿疹	156
5 荨麻疹	161
6 过敏性紫癜	162
7 过敏性眼病	165
8 过敏性结肠炎	165
附二:常用抗过敏西药	167
1 抗组胺药	167
2 过敏介质阻滞剂	171
附三:常用治疗哮喘的西药	172
1 缓解药物	172
2 控制药物	174

第一章 过敏性疾病的基本知识

1 你了解过敏性疾病吗

小王今年 20 岁,是大学二年级学生,每年春天他的面部、脖子、手腕等处就会瘙痒、发红,抓挠后皮肤出现大小不等连成片的疙瘩,特别难受,他就怕过春天。今年连成片的疙瘩被抓破后感到疼痛,他就到医院检查,才发现是对花粉和柳絮过敏造成的。

李女士已经 30 岁了,但她从来都不敢吃虾蟹之类的海产品,因为只要一吃海产品,她浑身就会起连成片的疙瘩,奇痒难受,严重时还会出现心慌气短、胸闷。有一次还出现了晕厥,幸亏到医院治疗及时,医生说这叫“过敏性休克”,告诉她,由于对海产品过敏,她以后可能终身不能吃海产品了。

提到过敏,我们每个人或多或少都会经历过或见到过。在春天,当鲜花盛开的时候;在清晨,当遇到冷空气的时候,有人会频繁打喷嚏、流鼻涕。朋友聚会,免不了饮两杯酒,但有些人身上会起一些米粒样的小红疙瘩,老百姓称“酒痱子”。其实这些现象都是过敏造成的。为什么有些人会出现这些情况呢?

我们每个人体内都有一个自身免疫系统,它是人体抵御病原菌

侵犯的最重要的保卫系统。当我们接触到某种物质,或使用了某种药物时,若造成免疫系统的功能失调,引起了正常皮肤、脏器组织的不良反应,出现一系列的症状,这就是过敏性疾病。其实,过敏可以发生在任何时间、任何年龄阶段,而且过敏很容易反复发作。以花粉过敏者为例,当第一次吸入花粉时,花粉通过鼻部进入体内并激发身体的免疫系统功能。此时,免疫系统判断花粉为危险因素,并产生少量抗体加以对抗。如果下一次又吸入花粉,以及在此后每次吸入花粉时,身体就记住了这个“外来侵入者”,体内的肥大细胞和嗜碱性粒细胞就会产生大量的抗体来抵抗。此时,皮肤、鼻部、眼睛、咽喉部以及肺部的细胞受到刺激后会释放出一种叫做组胺的物质,从而引起一系列的过敏症状,如皮疹、瘙痒、流涕、打喷嚏、眼睛发痒、咳嗽等过敏反应。

2 你知道世界过敏性疾病日吗

2005年6月28日,世界变态反应组织(WAO)联合各国变态反应机构共同发起了对抗过敏性疾病的全球倡议,将每年的7月8日定为世界过敏性疾病日,旨在通过增强全民对过敏性疾病的认识,共同来预防过敏性疾病。其目的是提高人们对过敏性疾病(变态反应性疾病)的知晓度,重视和预防过敏性疾病。

过敏性疾病的迅速增多,与长期生活的环境和生活的方式有关。西方学者发现,过敏性疾病在发达国家和地区高于发展中国家,城市高于乡村,污染地区高于非污染地区;在发展中国家,过敏的增多与城市化生活方式相关,农村孩子较少患过敏性疾病;在城市,家庭条件好的子女比低薪阶层的子女更容易患过敏性疾病。

世界变态反应组织曾对30个国家进行过敏性疾病的流行病学调查,结果显示:这些国家的总人口中,22%的人患有过敏性疾病,如过敏性鼻炎、哮喘、结膜炎、湿疹及食物过敏、药物过敏等。据世界卫生组织估计,全球约有1.5亿哮喘患者,并呈逐年上升趋势,其中50%的成年人和至少80%的儿童,是由过敏因素引起的(如花粉)。季节性过敏性鼻炎如不经治疗,25%~38%将发展为哮喘,最终形成

长年哮喘、肺气肿、肺心病等。世界卫生组织同时估计,全球每年超过 18 万人死于哮喘。近 30 年来,全球过敏性疾病的发病率至少增加了 3 倍,已经成为全球性的公共卫生问题。预计在今后的 20 年内,工业化国家 50% 的人口将染上过敏性疾病。世界卫生组织把过敏性疾病列为 21 世纪重点研究和预防的疾病之一,因此对过敏性疾病的防治已经成为刻不容缓的重任。

3 免疫是怎么回事

提到过敏性疾病,就不能不提到“免疫”这个词。很早以前,人们就注意到这样的现象:在烈性传染病(即瘟疫,如天花、伤寒、白喉等)流行期间,那些感染了传染病后痊愈的人,往往不会再次感染同样的疾病,因为在他们体内已产生了对这种传染病的抵抗力,因而可以由他们来护理病人,最初的免疫概念也由此而起。免疫即“免除瘟疫”的意思,是指身体对传染因子的再次感染产生的抵抗力,抵抗力的强弱可以用免疫力来表达。所谓传染因子指的是细菌、病毒等病原微生物,这就使得免疫与微生物学密切相关,使人们认为免疫仅仅指身体对感染的防御功能,而且免疫对身体都是有利的。

随着研究的深入,人们对免疫也有了新的认识,认为上述的早期概念并不能确切反映免疫的本质,因为人们发现与传染病无关的过敏反应、器官移植排斥、肿瘤的发生发展、不育、衰老等,实际上都与免疫有关。所以现代的免疫概念应该是指身体识别“自身”和“异己”的活动,就是一种区分“敌我”的活动。“异己”可以是侵入体内的微生物、输血不慎而进入的血型不符的他人血液、移植体内的器官、不同于机体正常成分的肿瘤细胞等,这些能刺激机体产生免疫应答的所有的“异物”,统称为“抗原”。机体的免疫功能,首先是区分自身和异己成分,然后通过免疫过程,最终表现为对异己成分(抗原)的排斥。这种排斥所造成的后果,许多对机体是有利的,如抵抗感染等;但有些则对机体有害,如发生过敏反应、自身免疫疾病等。所以过去认为免疫对机体都是有利的概念是不全面的。

4 免疫反应与变态反应有什么不同

免疫反应是人体的一种生理功能,人体依靠这种功能来识别异己和排斥异己,从而破坏和排斥进入人体的抗原物质,免疫系统还对人体自身所产生的非正常细胞和肿瘤细胞等起到平衡作用,以维持人体的健康状态。而变态反应是一种病理状态,医学上把过敏反应称为变态反应,是机体对某些抗原初次接触后,再次接受相同抗原刺激时,发生的一种以机体生理功能紊乱或组织细胞损伤为主的特异性免疫反应,多伴有炎症反应和组织损伤。这种变态反应也叫超敏反应。

一般来说,免疫系统的功能主要表现为三方面,即防御、稳定及免疫监视作用,这些功能一旦失调,即产生免疫病理反应。当自我稳定功能过高时,常见的病如:由 A 组溶血性链球菌引起的风湿病、类风湿性关节炎,由结缔组织病变引起的红斑狼疮病等。这是变态反应的一种,也叫自身免疫性疾病。当防御保护功能过高时出现的变态反应,就是常见的过敏反应。当自身免疫出现缺陷,免疫反应过低,则会得免疫缺陷综合征,比如“大名鼎鼎”的艾滋病,就是 CD_4^+ 细胞被破坏而导致的获得性免疫缺陷综合征。免疫监视功能过低时,则会造成体内的肿瘤细胞活跃,而发生肿瘤。所以,我们日常遇到的皮肤过敏,如皮肤瘙痒、红肿,其实就是一种变态反应。

5 变态反应有哪些类型

变态反应是指机体由于某种抗原物质的再次刺激所发生的一种异常的、极其强烈的有害反应。这种反应常招致严重的组织损伤和功能紊乱。能引起变态反应的物质称为变应原或过敏原。这种过敏原可以是异种动物的血清、血细胞,也可以是细菌、病毒、寄生虫、药物、花粉等。过敏原进入体内的途径主要是消化道、呼吸道、皮肤和黏膜。引起的过敏反应可以是局部的,也可以是全身的。根据变态反应不同的病理机制,可以将其分为以下 4 种类型:

(1) I 型变态反应(过敏反应型、速发超敏型):是最常见的一种