



11

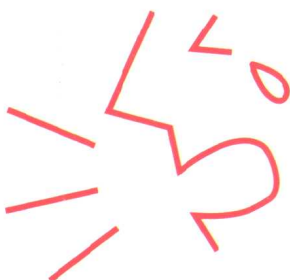
家庭自助医疗百科

哮喘·变态反应

摆脱变态反应的困扰

编者 北原静夫 [日]

译者 于颖 冷重光



哮喘、过敏性鼻炎、花粉症都属于变态反应性疾病。它们都与遗传因素有关，但却并非不可改变。本书教您如何摆脱变态反应的困扰。



辽宁科学技术出版社

LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

家庭自助医疗百科

哮喘·变态反应

译者



编者



冷 于 北原
重 颖 静夫
光



辽宁科学技术出版社

沈阳

图书在版编目 (CIP) 数据

哮喘·变态反应/编者: (日) 北原静夫; 译者: 于颖, 冷重光. - 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2002.1
(家庭自助医疗百科)
ISBN 7-5381-3550-2

I. 哮… II. ①北… ②于… ③冷… III. ①哮喘 - 基本知识 ②变态反应病 - 基本知识 IV. R562.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 078033 号

出 版 者: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷 者: 沈阳新华印刷厂

发 行 者: 各地新华书店

开 本: 787mm × 1092mm 1/32

字 数: 138 千字

印 张: 8.625

印 数: 1 ~ 5 000

出版时间: 2002 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2002 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 倪晨涵 杨瑰玉

封面设计: 李若虹

版式设计: 于 浪

责任校对: 李 雪

定 价: 13.00 元

联系电话: 024-23284360

邮购咨询电话: 024-23284502

E-mail: lkzsb@mail.lnpgc.com.cn

http: //www.lnkj.com.cn

译者的话

人体免疫系统对机体发挥着极其重要的保护作用，免疫反应过强或过弱都可能危及生命，变态反应就是其中常见的一大类。从公元前 3000 年有人发现孕妇吃鱼、虾等食物后起疙瘩，到古希腊医学之父希伯拉底的“因人而异，食品既可成为营养，也可成为毒素”的名言，再到今天我们已经进入了对变态反应从机制、抗体、基因、T 细胞受体到细胞因子等深入了解的时代。变态反应学在世界医学的发展中经历了漫长而曲折的过程。随着社会现代化进程的加速，近年来，变态反应疾病也在激增，如何预防和治疗是摆在广大医务人员和患者家属面前的重要问题，迫在眉睫。

本书从大众医学、科普知识的角度，在各个方面详细论述和讲解了哮喘、变态反应性疾病的病因、病理、预防及治疗方法等。以家庭预防、家庭护理、家庭治疗为特色，内容通俗易懂，深入浅出，实用性强，为临床医务人员及广大读者

提供了非常有益的启示。

在本书的翻译过程中，得到孙威女士在文字处理方面的大力协助，谨在此致以深深的谢意。

目 录

第一章 变态反应的原理

1. 20%的人多少都有经历变态反应症状的体会 (3)
2. 不断增加的变态反应是什么原因引起的呢 (6)
3. 因为双亲具有变态反应体质，做出孩子就必然发病的定论未免为时过早 (9)
4. 变态反应的症状也是因人而异，为什么呢 (12)
5. 为什么因人而异成为变应原的物质是不同的 (16)
6. 变态反应能够以各种各样的症状表现出来 (18)
7. 尽最大努力将变态反应体质封锁控制在儿童时期 (21)
8. 一般来说，变态反应患者对精神压力表现得很脆弱 (24)
9. 从免疫研究开始解释变态反应症状 (27)
10. 保护机体的免疫反应可以成为对机体有害的变态反应 (30)
11. 抗原和抗体如同钥匙和钥匙孔的关系 (33)
12. 变态反应的发生有四条途径 (36)
13. 变态反应的元凶 IgE 是这样被制作的——致敏 (41)
14. 化学递质引起的变态反应 (44)
15. 容易成为抗原的物质与难以成为抗原的物质 (47)
16. 变态反应是可以克服的 (50)

17. 变态反应症状的产生	(53)
---------------------	------

第二章 哮喘与变态反应

1. 哮喘发作产生巨大痛苦的时代已经结束	(57)
2. 哮喘中 50% 是由于变态反应引起的	(60)
3. 哮喘的痛苦发作是这样发生的	(63)
4. 小孩儿的哮喘虽然容易恢复，但采取适当的治疗是必 要的	(66)
5. 中老年的哮喘为什么难以治愈呢	(69)
6. 在夜里和睡眠中哮喘容易发生	(72)
7. 从晚夏到秋季要特别注意预防哮喘发作	(75)
8. 植物神经功能低下，容易发生哮喘	(77)
9. 感冒是使哮喘加重的诱因	(80)
10. 引起哮喘的各种各样的诱因	(83)
11. 容易成为哮喘诱因的变应原	(86)
12. 查明变应原的最新检查法	(91)
13. 哮喘在家里发作时的适当处理	(94)
14. 哮喘持续不愈，能引起各种各样的并发症	(98)
15. 尽量避开变应原的生活方法	(99)
16. 在日常生活中注意防止哮喘的发作	(102)
17. 虽然不是专利，但碘化钾被称为特效药	(105)
18. 锻炼心理素质，把哮喘远远地抛开	(108)
19. 使机体适应变应原、预防发作的脱敏疗法	(110)
20. 正确使用可以立即控制发作的哮喘对症药	(113)
21. 副作用可怕的肾上腺皮质激素应当大剂量短期使用	(116)

22. 哮喘治疗的总结	(119)
23. 防患于未然的咽泰 (色甘酸二钠 Intal)	(122)

第三章 花粉症与变应性鼻炎

1. 由于花粉引起的变态反应在一百多年前就被发现了	(127)
2. 花粉是早春和秋末季节发生的变应性鼻炎的原因	(130)
3. 最近 20 年来急剧增加的花粉症	(132)
4. 一年中总是连续感冒的症状称做“全年性变应性鼻炎”	(134)
5. 容易成为变应原的有杉树、豚草	(136)
6. 用皮肤试验容易找出原因植物	(139)
7. 注意天气, 根据季节要经常戴太阳镜或特制口罩	(142)
8. 有变态反应性疾病的人都应掌握螨虫对策	(145)
9. 可以制止打喷嚏、流鼻涕的药物	(148)

第四章 湿疹和荨麻疹

1. 男婴多见的特应性皮炎	(155)
2. 特应性皮炎的症状是伴随着成长而变化的	(158)
3. 一部分特应性皮炎可以引发哮喘	(161)
4. 由于食物的原因也容易引起孩子们的特应性皮炎	(166)
5. 顽固性特应性皮炎也可用的治疗方法	(170)
6. 与特应性皮炎不易鉴别的婴幼儿湿疹	(173)
7. 接触性皮炎是由与皮肤接触的物质引起	(176)
8. 容易引起接触性皮炎的变应原	(179)

9. 能使湿疹引起的无法忍受的瘙痒立刻停止的冷湿布 (178)
10. 药物选择不当, 湿疹可以恶化 (181)
11. 容易引起荨麻疹的食物 (184)
12. 寒冷和炎热也可以引发慢性荨麻疹 (186)
13. 婴儿苔癣是荨麻疹的一种 (190)
14. 洗温泉对顽固的湿疹和荨麻疹有效 (191)

第五章 食物变态反应

1. 由于食物引起的变态反应症状 (199)
2. 通过饮食生活, 封闭婴幼儿期的变态反应性体质 (203)
3. 鸡蛋、牛奶和大豆是容易引起变态反应的三大食品 (206)
4. 食物本身也含有引起变态反应的物质 (210)
5. 详细记载食物日记是寻找变应原的重要依据 (211)
6. 现在的症状是不是变态反应, 应当首先确认 (214)
7. 是对食物不耐受还是变态反应, 应予以识别 (217)
8. 查明变应原的食物实验 (219)
9. 食物疗法如果持续 1~2 年, 成为病因的食物也变得可以进食了 (225)
10. 除去原因食物的食谱 (227)
11. 注意不要使已经治愈的食物变态反应再复发 (236)
12. 准备做母亲时预防变态反应的食谱 (238)
13. 具有变态反应性体质的孩子的断乳食品 (241)

第六章 药物变态反应

1. 青霉素休克的原因是变态反应 (247)
2. 立刻出现的药物变态反应症状 (250)
3. 迟发性药品变态反应症状 (253)
4. 有引起变态反应危险的药品 (256)
5. 是变态反应还是药品中毒，在很多情况下难以区分 (259)
6. 过敏性休克的症状 (261)
7. 为了防止可怕的休克，请记住药品名称和化学构造式 (263)
8. 为患变态反应的孩子进行预防接种 (266)
9. 变态反应疾病治疗的现状 (268)



第一章

变态反应的原理



100

101

102

103

104

1. 20%的人多少都有经历变态反应症状的体会

变态反应这个词始于 1906 年，在其后的 90 余年里，变态反应的症状逐渐增加。

大约 40 年前，变态反应症的发病率在日本不是很高，而且专门研究变态反应的医生也很少。当时，在美国进修学习的日本医师对于美国变态反应门诊每天患者量之多感到很吃惊，但是如今，日本的变态反应症患者甚至比美国还多。

每当春天到来时，流鼻涕、打喷嚏不止，眼睛充血变红、流眼泪，如果服用感冒药，又恰巧出现皮疹，会以为是用药后的反应，其实这些都是严重的变态反应症状，有这种症状的人也在不断增加。现在不只是治疗变态反应和哮喘的专科医生，就连耳鼻喉科和皮肤科的医生，如不考虑变态反应的治疗方法，也是行不通的。

在日本最初对变态反应引起重视是在 1956 年，当时在东京大学执教的尾高朝雄教授因为青霉素变态反应休克而不幸死亡。从这以后的 40 多年

里，以日本的石坂公成、石板照子两位博士为代表，于1966年发现了变态反应性疾病的元凶——免疫球蛋白IgE，在变态反应的发病机制的研究方面取得了飞跃的进步。与此同时，进一步明确了由于不同的变态反应性疾病涉及到非常广的范围。因此我们常见的一般变态反应性疾病有支气管哮喘、变应性鼻炎、特应性皮炎、荨麻疹、湿疹、变态反应性胃肠炎等。

美国有变态反应症状的人约占10%~20%。在美国的一所学校里，对2627名学生进行调查，结果28.5%的学生患有变态反应性疾病。日本的实际数量现在很难把握，据推测大约有3600万人患有不同的变态反应性疾病。也就是说，最保守的估计，5~10个人中就有1个人患有变态反应性疾病，而且这个数字每年呈上升趋势。究竟为什么在这40年里变态反应性疾病如此增多，接下来就会讲到。

注1：变态反应的增加率：如今在美国，变态反应症每年以0.25%的速度递增。

注2：牛奶引起的青霉素变态反应性休克：在尾高教授过敏事件以后，引起了对青霉素变态反应的重视，其中也有因青霉素变态反应使婴儿丧生的事例，这是因为喝了曾注射过青霉素的奶牛所产的牛奶，牛奶中的青霉素使婴儿致死已经被证实(婴儿属变态反应体质)。

东京奥林匹克与变态反应

以东京奥运会为分界线，日本国内变态反应症患者开始增加。例如，小儿哮喘的发病率在 1963 年占小学生的 0.7%，东京奥运会以后的 1965 年就增加了近 2 倍，达 1.26%。当然调查的对象不同，结果也不能一概而论，但是以东京奥运会的召开为分界，都市环境发生了变化是一个值得考虑的原因。

2. 不断增加的变态反应是什么原因引起的呢

变态反应被认为是文明病，人工乳和断奶食品的变化、大气污染、居室内的污染、精神紧张等因素促使了发病。

变态反应性疾病如此急骤地增加，其原因是什么呢？目前认为，变态反应发生在具有变态反应体质的人身上。近 40 年中，不是有变态反应体质的人急骤增加，实际上是因环境的变化而使本来不会发病的人也发生了变态反应性疾病。因此说变态反应为文明病是有理由的，目前认为引发变态反应体质的原因有如下几点：

婴儿饮食的变化

由于饮食的简单化，日本人餐桌上的食品也发生了显著变化，受其影响最大的是婴儿。而且，从大米粥开始到现在已变成婴儿米粉，断奶也提前了。消化器官还没有完全发育好，体内摄入了婴儿不易消化的蛋白质，就是这些蛋白质成为发生变态反应的重要变应原之一。还有，人工乳与变态反应也有关。

大气污染

在四日市哮喘等症被认为是公害疾病。大气污染是引起哮喘等变态反应的重要因素。例如把污染大气的物质亚硫酸气和氮氧化物等气体，让豚鼠大量吸入后，再注射马血清，血清就成了豚鼠发生变态反应的变应原，于是产生比正常时多的大量的抗体及严重的变态反应症状，并可以引起休克，甚至死亡。目前认为，亚硫酸气体能使变应原易于侵入机体，哮喘时亚硫酸气体引起支气管的炎症，因而这些抗原也更容易侵入。

化学制品

药物自不用说，洗涤剂、布匹、化妆品、农药、塑料、橡胶等等在现代社会所有范畴内都存在着化学制品，这些因素使被称为特应性皮炎的变态反应性湿疹增加。

精神紧张、压力过大

变态反应是不可思议的疾病，心理作用也是发病的契机。现代社会的精神紧张和精神压力过大等等，成为产生变态反应性疾病的土壤。另外，在公寓中和混凝土密闭的环境中生活，饲养室内宠物等也成为变态反应性疾病发病的原因。