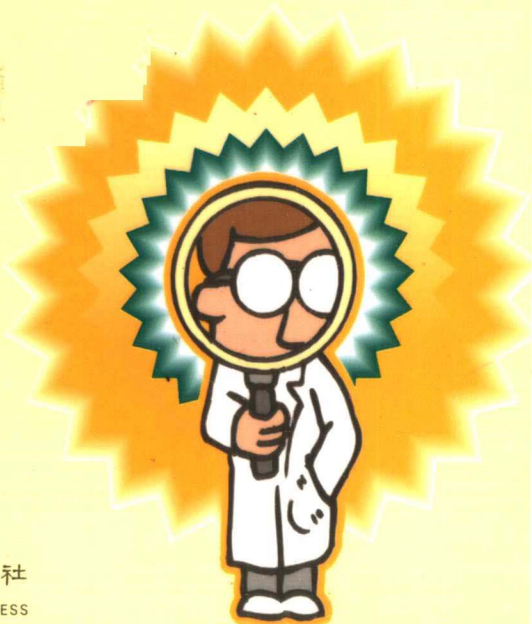


解除 过敏性疾病的 困扰

◎主编 魏庆宇 朱晓明

JIECHU
GUOMINXING
JIBING DE
KUNRAO



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

R593.1
14

解除过敏性疾病的困扰

JIECHU GUOMINXING JIBING DE KUNRAO

主 编 魏庆宇 朱晓明

第1版第1次印刷 1998年11月

中国图书馆分类号: R593.1 1998年11月第1版第1次印刷

责任编辑: 魏庆宇 封面设计: 魏庆宇

出 版 人: 魏庆宇

地址: 北京

邮政编码: 100011

电话: (010) 68888888

电邮: jk@bjm.com.cn

www.bjm.com.cn

北京军区总医院

100011

电话: (010) 68888888

电邮: jk@bjm.com.cn

100011



人民军医出版社

People's Military Medical Press

北京

图书在版编目(CIP)数据

解除过敏性疾病的困扰/魏庆宇,朱晓明主编. —北京:
人民军医出版社,2006.1
ISBN 7-80194-979-X

I. 解… II. ①魏…②朱… III. 变态反应病—防治
IV. R593.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 108955 号

策划编辑:马 莉 文字编辑:阎明凡 责任审读:周晓洲
出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店
通信地址:北京市复兴路 22 号甲 3 号 邮编:100842
电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)
传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)
网址:www. pmmp. com. cn

印刷:北京天宇星印刷厂 装订:京兰装订有限公司
开本:850mm×1168mm 1/32
印张:8.25·彩页 1 面 字数:158 千字
版、印次:2006 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
印数:0001~7000
定价:18.00 元

版权所有 侵权必究
购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换
电话:(010)66882585、51927252



作者简介

魏庆宇，男，1964年5月出生，毕业于辽宁中医学院、医学博士，副主任医师，硕士研究生导师，沈阳军区第202医院变态（过敏）反应科主任。一直从事过敏性疾病的临床、科研和教学工作，主要研究方向是变应原的标准化、中药抗I型变态反应机制和临床应用及过敏性疾病的健康教育。曾主持和承担国家重点科技项目（攻关）计划课题。现承担国家科技攻关课题1项、辽宁省科委攻关课题2项、辽宁省自然科学基金课题1项。发表论文30余篇。曾获得全军及辽宁省科技进步奖多项。2002年创建国内首家大型过敏性疾病健康咨询指导中心“过敏患者之家”及“中国过敏性疾病健康教育网”。

现任全军免疫学专业委员会变态反应学组副组长、中国中西医结合学会变态反应专业委员会委员、辽宁省中西医结合学会变态反应专业委员会主任委员、辽宁省医学会变态反应分会副主任委员、沈阳军区免疫专业委员会副主任委员。



内容提要

SUMMARY

过敏性疾病是一种病因复杂的变态反应性疾病,往往一“触”即发,迁延不愈,令人十分苦恼。过敏性疾病的发生一方面取决于患者的过敏体质,另一方面在于新的过敏原频频进入人们的生活。那么,现代人面对层出不穷的过敏原该如何预防呢?患了过敏性疾病又该如何治疗呢?本书由专门研究过敏性疾病的专家执笔,介绍目前国内外最新的检测手段和治疗方法,帮你找出过敏原,诊断和治疗过敏性疾病,从而解除过敏对你的困扰。

责任编辑 马 莉 阎明凡



。由于空气污染、寄生虫感染减少、儿童期传染病减少、家庭生活条件的极大改善、人工乳和代乳食品增多及精神紧张度增加等因素的影响,过敏性疾病在近 30 年间至少增加了 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% 的人口将染上过敏感症。世界卫生组织(WHO)把此类疾病列为“21 世纪重点研究和预防的疾病”,从 2005 年起每年的 7 月 8 日被世界卫生组织(WHO)和世界变态反应组织(WAO)确定为“世界过敏日”。

对每个过敏者来说,导致过敏的物质多数是我们赖以生存的日常生活用品或生活环境中存在的无毒无害的物质,也就是说过敏者的敌人并不是细菌或病毒,而是鲜花、牛奶、面包,或者是豆制品、坚果类食物等等。可以说过敏原无处不在,而我们却无法消灭它们。过敏者可出现哮喘、鼻炎、荨麻疹、结膜炎等疾病,严重时会导致休克,甚至可能

由于空气污染、寄生虫感染减少、儿童期传染病减少、家庭生活条件的极大改善、人工乳和代乳食品增多及精神紧张度增加等因素的影响,过敏性疾病在近 30 年间至少增加了 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% 的人口将染上过敏感症。世界卫生组织(WHO)把此类疾病列为“21 世纪重点研究和预防的疾病”,从 2005 年起每年的 7 月 8 日被世界卫生组织(WHO)和世界变态反应组织(WAO)确定为“世界过敏日”。

对每个过敏者来说,导致过敏的物质多数是我们赖以生存的日常生活用品或生活环境中存在的无毒无害的物质,也就是说过敏者的敌人并不是细菌或病毒,而是鲜花、牛奶、面包,或者是豆制品、坚果类食物等等。可以说过敏原无处不在,而我们却无法消灭它们。过敏者可出现哮喘、鼻炎、荨麻疹、结膜炎等疾病,严重时会导致休克,甚至可能

由于空气污染、寄生虫感染减少、儿童期传染病减少、家庭生活条件的极大改善、人工乳和代乳食品增多及精神紧张度增加等因素的影响,过敏性疾病在近 30 年间至少增加了 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% 的人口将染上过敏感症。世界卫生组织(WHO)把此类疾病列为“21 世纪重点研究和预防的疾病”,从 2005 年起每年的 7 月 8 日被世界卫生组织(WHO)和世界变态反应组织(WAO)确定为“世界过敏日”。

对每个过敏者来说,导致过敏的物质多数是我们赖以生存的日常生活用品或生活环境中存在的无毒无害的物质,也就是说过敏者的敌人并不是细菌或病毒,而是鲜花、牛奶、面包,或者是豆制品、坚果类食物等等。可以说过敏原无处不在,而我们却无法消灭它们。过敏者可出现哮喘、鼻炎、荨麻疹、结膜炎等疾病,严重时会导致休克,甚至可能

由于空气污染、寄生虫感染减少、儿童期传染病减少、家庭生活条件的极大改善、人工乳和代乳食品增多及精神紧张度增加等因素的影响,过敏性疾病在近 30 年间至少增加了 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% 的人口将染上过敏感症。世界卫生组织(WHO)把此类疾病列为“21 世纪重点研究和预防的疾病”,从 2005 年起每年的 7 月 8 日被世界卫生组织(WHO)和世界变态反应组织(WAO)确定为“世界过敏日”。

对每个过敏者来说,导致过敏的物质多数是我们赖以生存的日常生活用品或生活环境中存在的无毒无害的物质,也就是说过敏者的敌人并不是细菌或病毒,而是鲜花、牛奶、面包,或者是豆制品、坚果类食物等等。可以说过敏原无处不在,而我们却无法消灭它们。过敏者可出现哮喘、鼻炎、荨麻疹、结膜炎等疾病,严重时会导致休克,甚至可能

由于空气污染、寄生虫感染减少、儿童期传染病减少、家庭生活条件的极大改善、人工乳和代乳食品增多及精神紧张度增加等因素的影响,过敏性疾病在近 30 年间至少增加了 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% 的人口将染上过敏感症。世界卫生组织(WHO)把此类疾病列为“21 世纪重点研究和预防的疾病”,从 2005 年起每年的 7 月 8 日被世界卫生组织(WHO)和世界变态反应组织(WAO)确定为“世界过敏日”。

对每个过敏者来说,导致过敏的物质多数是我们赖以生存的日常生活用品或生活环境中存在的无毒无害的物质,也就是说过敏者的敌人并不是细菌或病毒,而是鲜花、牛奶、面包,或者是豆制品、坚果类食物等等。可以说过敏原无处不在,而我们却无法消灭它们。过敏者可出现哮喘、鼻炎、荨麻疹、结膜炎等疾病,严重时会导致休克,甚至可能

由于空气污染、寄生虫感染减少、儿童期传染病减少、家庭生活条件的极大改善、人工乳和代乳食品增多及精神紧张度增加等因素的影响,过敏性疾病在近 30 年间至少增加了 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% 的人口将染上过敏感症。世界卫生组织(WHO)把此类疾病列为“21 世纪重点研究和预防的疾病”,从 2005 年起每年的 7 月 8 日被世界卫生组织(WHO)和世界变态反应组织(WAO)确定为“世界过敏日”。

对每个过敏者来说,导致过敏的物质多数是我们赖以生存的日常生活用品或生活环境中存在的无毒无害的物质,也就是说过敏者的敌人并不是细菌或病毒,而是鲜花、牛奶、面包,或者是豆制品、坚果类食物等等。可以说过敏原无处不在,而我们却无法消灭它们。过敏者可出现哮喘、鼻炎、荨麻疹、结膜炎等疾病,严重时会导致休克,甚至可能

发生悬雍垂肿胀堵塞咽喉造成窒息,危及生命。

作者从事过敏性疾病的诊断和治疗 10 余年,深切体会到患者的痛苦,也经常遇到由于治疗不恰当导致病情延误而加重的情况,经常看到许多家长带着经常发病的孩子,四处求医。由于历史原因,国内从事过敏性疾病临床工作的专科医生很少,科普工作严重滞后,有的患者得了过敏性疾病不知道到哪个科室去看。为了帮助患者了解和掌握相关的过敏性疾病诊断、治疗和预防等方面的知识,对自己的病情有初步的认识,做到正确的治疗和预防,减少发病,减轻患者的痛苦和经济负担,作者在工作经验的基础上完成了本书的写作。全书共分 11 章,包括过敏概述、环境与过敏、食物与过敏、花粉与过敏、尘螨与过敏、药物与过敏、真菌与过敏、儿童过敏、常见过敏性疾病、常用抗变态反应药物及常用名词解释等。本书用通俗易懂的语言从诊断、治疗到预防对过敏性疾病进行了较详细的阐述,希望对广大过敏性疾病患者及相关专业的医生有所帮助。由于著者水平有限,书中不妥和错误之处,敬请读者批评指正。

魏庆宇 朱晓明

2005 年 11 月于沈阳



第1章 过敏概述

- 第一节 什么是过敏 / (1)
- 第二节 过敏性疾病增加的因素 / (5)
- 第三节 过敏原与过敏体质 / (13)
- 第四节 过敏的治疗误区 / (21)
- 第五节 过敏患者的健康教育及自我保健 / (25)

第2章 环境与过敏

- 第一节 引起过敏的环境因素 / (31)
- 第二节 环境因素是如何引发过敏的 / (42)
- 第三节 环境因素引起的过敏性疾病 / (45)
- 第四节 环境过敏的预防 / (47)

第3章 食物与过敏

- 第一节 食物不耐受与食物过敏 / (50)
- 第二节 常见的引起过敏的食物和食物日记 / (57)
- 第三节 如何寻找引起过敏的食物 / (64)

- 第四节 过敏患者的饮食与营养 / (67)
- 第五节 食物过敏的治疗及预防原则 / (70)

第4章 花粉与过敏

- 第一节 花粉症及其对身体的影响 / (73)
- 第二节 常见的致敏花粉及其播散规律 / (78)
- 第三节 花粉症治疗的误区 / (85)
- 第四节 花粉症的诊断及治疗 / (88)
- 第五节 花粉症的特异性免疫治疗 / (93)
- 第六节 花粉症的预防 / (95)

第5章 尘螨与过敏

- 第一节 什么是尘螨 / (97)
- 第二节 尘螨生长繁殖习性 & 分布 / (100)
- 第三节 尘螨引起过敏的临床表现 / (102)
- 第四节 尘螨过敏的诊断及特异性治疗 / (105)
- 第五节 尘螨过敏的预防 / (109)

第6章 药物与过敏

- 第一节 药物过敏的特点与常见过敏药物 / (114)
- 第二节 药物过敏的主要表现及危害 / (120)
- 第三节 发生药物过敏后的治疗 / (125)
- 第四节 药物过敏的预防 / (126)
- 第五节 对中药和保健品认识的误区 / (128)

第7章 真菌与过敏

- 第一节 真菌及真菌过敏 / (130)
- 第二节 真菌致敏途径及影响因素 / (133)

第三节 致敏真菌的特点及常见致敏真菌 / (137)

第四节 真菌过敏的诊断与治疗 / (140)

第五节 真菌过敏的预防 / (141)

第 8 章 儿童过敏

第一节 儿童的生理和免疫学特点 / (144)

第二节 引起儿童过敏的主要因素 / (148)

第三节 儿童常见过敏性疾病及特点 / (151)

第四节 儿童过敏的预防 / (157)

第 9 章 常见过敏性疾病

第一节 过敏性鼻炎 / (162)

第二节 过敏性哮喘 / (170)

第三节 过敏性皮肤病 / (183)

第 10 章 常用抗变态反应药物

第一节 抗组胺药物 / (214)

第二节 变态反应介质阻释剂 / (222)

第三节 支气管扩张药 / (224)

第四节 局部用吸入类药物 / (226)

第五节 免疫调节类药物 / (231)

第 11 章 常用名词解释

附:世界卫生组织(WHO)指导文件 / (243)

脱敏治疗:治疗变态反应性疾病的疫苗——脱敏疫苗 / (243)

第1章 过敏概述

第一节 什么是过敏

在我们丰富多彩的生活中,鲜花和美食是必不可少的。可是对某些人来说,它们都是毒物,有时甚至是致命的。我们经常见到有人在晴朗温暖的日子里打喷嚏和流泪;有人抚摸家中的宠物后出现喘息和红色瘙痒性皮疹;也有人进食海产品等坚果类食物后出现呕吐、唇舌肿胀或风团疹……,这些表现都是过敏引起的。过敏者和我们一样生活在这个世界上,但对他们来说普通的世界充满了危险和不适。通常人体在感染疾病时,会对病菌产生抗体来自我保护;而过敏者在接触普通的物体,如花粉、尘土、食物时也会产生抗体,这时人体产生的抗体不但不能保护自己,反而会对自身造成损害。

对每个过敏者来说,导致过敏的物质不尽相同,可能是罕见的东西,但多数是日常生活用品。也就是说过敏者的



敌人并不是细菌或病毒,而是鲜花,是牛奶,是面包,或者是豆制品等。可以说过敏无处不在,而我们却无法消灭它们。过敏者产生的抗体伤害的自身器官也不相同,可能造成哮喘、鼻炎、荨麻疹、结膜炎等疾病,严重时会导致休克。甚至可能发生腭垂肿胀堵塞咽喉造成窒息,危及生命。

第一例因过敏反应而死亡者是由考古学家在进行考古挖掘时发现的。他们在挖掘公元前 2641 年 Menes 法老的古墓时发现,法老是在被大黄蜂叮咬后因过敏而死亡的。

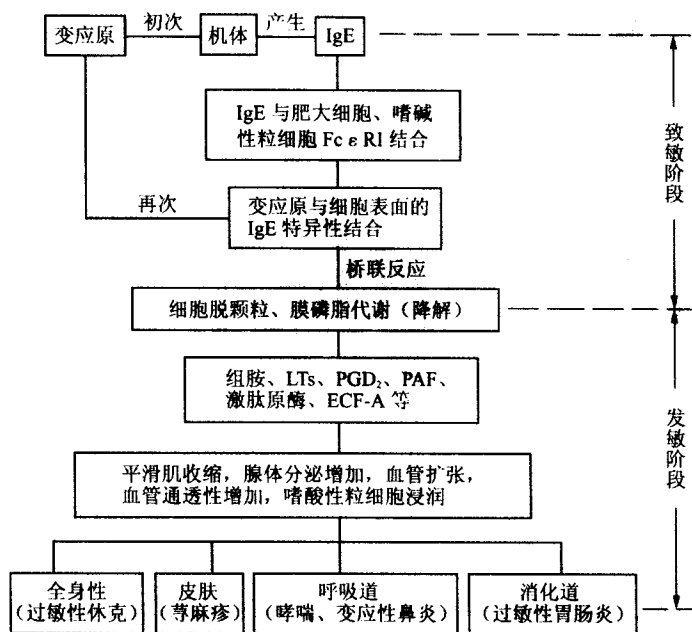
著于 2 000 年前的我国最古老的医学经典文献《黄帝内经》中有“阴气在下,阳气在上,诸阳气浮,无所依从,故呕咳上气,喘也。”的记载,这可能是有关哮喘发病理论的最早论述。大约在公元前四世纪,古希腊医生希波克拉底发现了哮喘病,并用 asthma 一词来表示哮喘,一直沿用至今。公元前二世纪,古希腊医生盖仑发现某些疾病的发生与一定的植物接触有关。公元前一世纪,Lucretius 曾提出“此人之肉,彼人之毒”的论点,指出某些食物对一些人来说是可口的食物,而在另一些人身上可能成为毒物,甚至危及生命。1819 年英国医生 John Bostock 首次报告了 1 例“枯草热”患者。1901 年法国的 2 位生物学家观察到给狗注射原来可以耐受的水母提取液后,狗出现喘息、烦躁不安、不能站立和行走、腹泻、口吐血性物的症状,继之昏迷倒下,25 分钟后即死亡。他们把这种反应称为变态反应,意即失去保护效应。也就是我们所说的过敏性反应。

过敏反应,通俗地讲就是你的身体吸入一些异物,如花粉、尘螨、灰尘、动物毛屑,或食入鱼、虾、蟹、花生等,或接

触化工原料、某些药物后,机体将其视为危险的外来物,会极力地想将它们排出体外,身体就会出现流鼻涕、打喷嚏、流眼泪、咳嗽、呕吐、皮疹等现象。

每个人身体内均有一套复杂的免疫系统,可以辨别外来物质,并会产生抗体来消除这些外来物质。引起过敏的抗体主要是 IgE。当对某些外来物质反应过剩时,人体所产生的 IgE 抗体就一直存在体内,再接触同一类引起致敏的物质时,便会产生一连串复杂反应,分泌组胺等多种化学介质,引起过敏反应的症状。

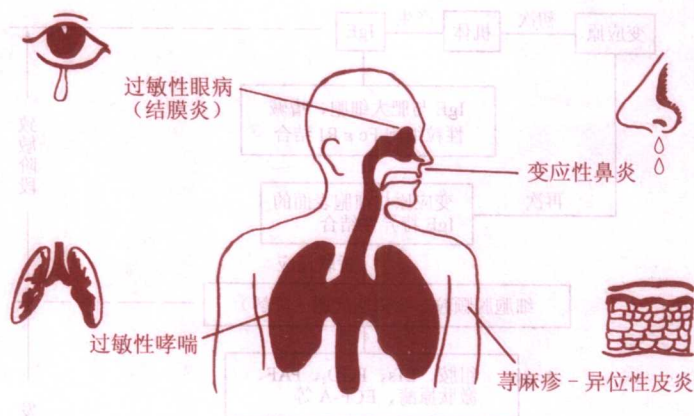
过敏性疾病的发生可以分两个阶段描述。



I 型超敏反应的发生机制

第一阶段：当你接触异物时，会启动你体内的免疫系统，免疫系统将这种异物视为危险的东西，在体内产生特异性 IgE 抗体，并记住该异物的特征，此时机体处于致敏状态，这期间不会有任何过敏反应发生。

第二阶段：当你再度接触同样异物时，你的免疫系统会根据记忆产生大量的 IgE 抗体，这些抗体会刺激身体各部位如鼻子、眼睛、支气管、皮肤、胃肠道等器官的肥大细胞或嗜碱性粒细胞分泌组胺、白三烯等炎症介质，结果导致流鼻涕，鼻黏膜充血，流泪，鼻、耳、咽喉痒，呕吐，腹泻及皮疹等症状。



在生活和工作中要注意如下过敏反应症状：打喷嚏、喘息、鼻充血及咳嗽提示有鼻炎、哮喘，可能是药物过敏及呼吸道过敏症；眼睛、口腔及咽部发痒均是呼吸道过敏症的表现；胃疼、经常性的消化不良及烧心可能是食物过敏的表现；皮肤刺激、瘙痒、发红或肿胀可能与接触物、药物、食物和昆虫叮咬过敏有关；关节僵硬、疼痛及肿胀提示食物或药物过敏症。

表 1-1 常见过敏性疾病

分 科	常见过敏性疾病	备 注
皮肤科	荨麻疹、变态反应性接触性皮炎、异位性皮炎等	15%~20%的人曾患荨麻疹
耳鼻喉科	过敏性鼻炎、变应性喉水肿等	过敏性鼻炎发病率高达10%~20%
口腔科	复发性口腔溃疡等	约85%的人在30岁以前有过反复口腔溃疡的历史
小儿科	支气管哮喘、过敏性婴儿湿疹、小儿遗尿、小儿乳糜泻等	中国现有哮喘患者约2 500万~3 000万,且逐年递增;过敏性婴儿湿疹的发病率占全部乳婴的10%~50%;食物过敏最常见也最容易被疏忽
神经内科	癫痫大发作、过敏性头痛、梅尼埃病等	15%的癫痫大发作都是由于过敏引起的
呼吸科	花粉症、支气管哮喘、真菌变态反应性肺炎、农民肺等	高发病地区花粉症患者占全部人口的10%
消化科	消化不良、嗝气、胃炎、胃溃疡、乳糜泻、溃疡性结肠炎、腹泻、腹绞痛、慢性咽炎、咽痒痒等	当这些疾病久治不愈时,很有可能是由过敏引起的

第二节 过敏性疾病增加的因素

随着感染性疾病的控制和工业化程度的提高,过敏性疾病在全世界范围内呈逐年增高趋势,已经成为世界性的卫生问题。据美国过敏反应学会报告,过敏性疾病发病率为20%~40%,已经成为全美国第六大慢性疾病;据欧洲过敏反应学会报告,季节性过敏性鼻炎(花粉症)在欧洲的发病率为10%~20%。英国研究人员在调查过敏反应中发

现:1/3 的人在一生的某个时期会发生过敏反应,1/5 的人患有花粉症,而该病在 20 世纪之初几乎不被认识,和其他过敏性疾病一样,花粉症更多见于发达国家;1/5 的学龄儿童受到哮喘的困扰;1/6 的儿童得过与过敏反应有关的皮肤病,特别是湿疹;1/20 的人患过荨麻疹(一种瘙痒性、皮肤隆起的皮疹);对食物,特别是海产品及坚果过敏的人已明显增多,尤其是儿童;1/10 被蜂叮咬的人局部会出现较大面积的过敏反应。



据专家预测,在 15 年内,全球患过敏症的人数将占人口的 1/2。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”。在将来这种疾病很可能落到每个人头上,所以又把它称为未来的疾病。

毫无疑问过敏反应发病率在上升,过敏性疾病如此急

剧地增加,其原因是什么呢?虽然过敏的发生有家族倾向,但由于基因改变需要几代人的时间,所以过敏反应的迅速增加并不是基因改变所致,而是环境及生活方式改变的结果。典型的例子是迅速改用西欧生活方式的东欧国家,那里的过敏性疾病正在迅速增加;而在我国几个发达城市过敏性疾病的发病率也显著增加。导致过敏性疾病快速增加的原因主要有空气污染、寄生虫感染减少、儿童期传染病减少、家庭生活条件的极大改善、人工乳和代乳食品及精神紧张度等,这些因素导致了过敏性疾病的增加。

TH₁、TH₂ 失衡学说

生活卫生条件改善,居住环境过于清洁,病原微生物接触减少,细菌/病菌自然感染所刺激机体免疫系统产生 TH₁ 反应减弱, TH₂ 反应相对增强,机体易于发生过敏或变态反应性疾病



(一) 空气污染

各国的研究结果均提示大气污染是引起哮喘等过敏性疾病的重要因素,这从城市和乡村常见的过敏性疾病的发病率即可看出,城市显著高于乡村。大气污染物最重要的成分是高浓度的二氧化氮和臭氧,特别是空气中悬浮的大量微粒,它们大多由汽油和柴油发动机产生。它们能把一些飘浮在空气中的植物蛋白质分子硫化,蛋白质分子重量