

崔玉涛

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85万妈妈微博粉丝
深入浅出的非处方语言 / 25年儿科临床经验总结

东方出版社

崔玉涛

图解家庭育儿

4

直·面·小·儿·过·敏

崔玉涛 / 著



東方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

崔玉涛图解家庭育儿. 4 / 崔玉涛 著. —北京: 东方出版社, 2012. 10

ISBN 978-7-5060-5555-0

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 (2012) 第 254413 号

崔玉涛图解家庭育儿 4 (CUI YUTAO TUJIE JIATING YUER 4)

作 者: 崔玉涛

责任编辑: 郝 苗

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 小森印刷 (北京) 有限公司

版 次: 2013 年 1 月第 1 版

印 次: 2013 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1—20 000 册

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/24

印 张: 6

字 数: 118 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-5555-0

定 价: 32.00 元

发行电话: (010) 65210059 65210060 65210062 65210063

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) 65210012

崔大夫出版寄语

从2001年起在育儿杂志开办“崔大夫诊室”专栏至今，在逐渐得到了社会各界认可的同时，也促使我由一名单纯的儿科临床医生，逐渐成熟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。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。

我曾于2006年开办过个人网站，在这个网站很快火爆起来的同时，带来的工作量也很快就超出了我自身的负荷——太多家长朋友关于育儿的问题涌进网站。万般无奈之下，几个月后我不得不悄然地停止了家长朋友非常关注和信赖的个人网站。说实话，当时心中的疼痛和愧疚很难用语言表达。

随着新媒体的发展，新的交流平台给我提供了向社会奉献的新渠道。2009年10月23日，我又在新浪网开始了博客之旅。博客之旅的顺利进行，又带来了社会工作的日渐繁忙，甚至连以前静下心来写博客的时间都逐渐被占据。还好，这时又一种新的媒体方式——微博，及时地走进了我的生活。

2010年4月1日，在北京和睦家医院网络传播经理孙迪女士的推荐和帮助下，我的个人专业微博（weibo.com/cuiyutao）正式启动。通过初期半年多时间内向多方人士学习、请教，在对微博这种传媒形式有了基本了解的前提下，现在我已连续发布原创微博500多天，并将微博分成了十个主题，以便家长朋友

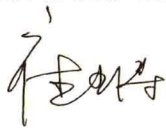
们查询。微博的快捷传播特点，能迅速解决父母在养育孩子过程中的疑虑。虽然秉承微博不是微诊室的原则，在每天抽空阅读众多网友问题的前提下，我坚持利用每天早间的 30 ~ 60 分钟，进行微博方式的科普宣教，解释网友们提出的共性育儿相关问题、季节相关性疾病的护理问题，并介绍一些自己认为较好的国外育儿理念。

当迅速得到众多网友的青睞后，我深切感受到大家对育儿知识的渴求。在东方出版社的鼎力支持和帮助下，将微博这种传播快速但内容局限的形式，在加入部分相关内容的同时，以漫画和图解的形式，呈现给大家。希望这种活跃、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成更加直观、全面的育儿手册。

本册着重介绍婴儿过敏。过敏是 21 世纪最具有流行特征的现象，正在侵袭着越来越多的婴幼儿、儿童乃至成人。如何认识、理解、治疗和预防过敏，不仅是临床，而且更是公共卫生事业的当前任务。完成这项任务需要社会各界的共同参与。希望本册图书能够作为您了解过敏的敲门砖。

今后，在坚持现有微博的基础上，我将不断地再加工出版微博漫画育儿系列图书，帮助众多朋友更加科学、轻松地养育宝宝，并将自己的努力化作良好的祝福。祝愿天下宝宝健康成长！祝愿天下父母快乐幸福！

北京和睦家医院



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 |

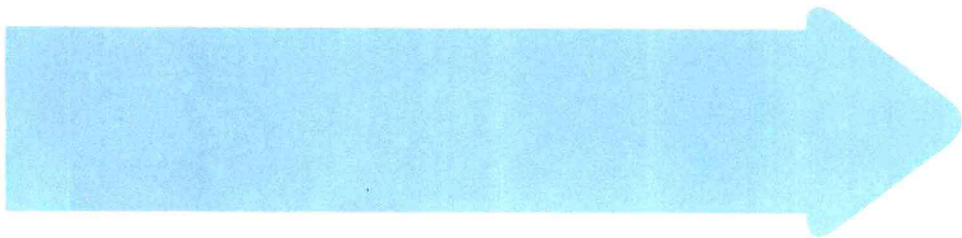




4

崔大夫门诊问答

| | |
|-------------------------------------|-----|
| 过敏能够根治吗? | 105 |
| 等孩子长大些过敏就会自然改善吗? | 107 |
| 父母过敏会遗传给宝宝吗? | 109 |
| 家里养宠物会让孩子过敏吗? | 111 |
| 如何预防养宠物给孩子带来的过敏? | 113 |
| 喝牛奶过敏的孩子喝羊奶过敏会消失吗? | 117 |
| 为何牛奶过敏的孩子容易对其他食物过敏? ... | 119 |
| 接种疫苗前要通过吃鸡蛋来确定孩子是否 对鸡蛋过敏吗? | 121 |
| 湿疹是湿热引起的吗? | 125 |
| 孩子湿疹期间是否可以接种疫苗? | 125 |
| 经常感冒咳嗽的孩子一定是免疫功能低下吗? | 127 |
| 宝宝过敏和猩红热如何区分? | 133 |



1

图解小儿过敏



过敏的现代认识

当人体免疫系统来自空气、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

婴幼儿过敏目前是世界最关注的公共健康问题之一，被称为二十一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。

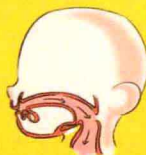
过敏主要累及皮肤、消化系统和呼吸系统。累及皮肤可出现荨麻疹、血管神经性水肿或特异性皮炎(湿疹)；累及消化系统可出现呕吐、恶心、腹痛、腹泻、便秘、大便带黏液及血液、生长迟缓；累及呼吸系统可出现频繁打喷嚏、流鼻涕、咳嗽、喘息等。除了皮肤表现，过敏的其他表现不够特异，往往很难在早期得到诊断。

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。



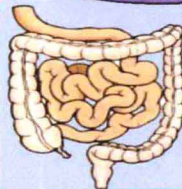
累及胃肠道：恶心、呕吐和腹泻。

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。

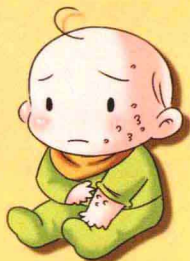
● 过敏的三种类型

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。

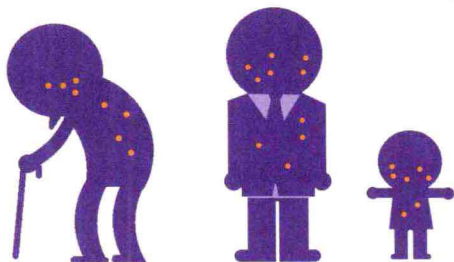
过敏时间较长后，可侵袭呼吸道。上呼吸道表现类似“感冒”，反复流涕、咳嗽、扁桃体肿大、腺样体肥大等。急性、IgE 介导过敏的上呼吸道症状，包括鼻痒、打喷嚏、流涕或鼻塞、结膜炎等；下呼吸道症状包括咳嗽、胸闷、喘息或气短。对于“反复”呼吸道感染，必须区分是免疫功能低下所致，还是与过敏相关。没有结论之前，不要轻易使用免疫增强剂，以免过敏加重。

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



个人及
家族史



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