

做自己的健康卫士

100%

安全卫士

让我们远离过敏

常见过敏性疾病 防治216问

• 张静虹 陈宏 / 主编


- ★ 过敏知识早知道
- ★ 防治方法早掌握
- ★ 远离过敏早行动

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社



常见过敏性疾病 防治216问

* 张静虹 陈 宏 / 主编 *



中国中医药出版社
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

常见过敏性疾病防治 216 问 / 张静虹, 陈宏主编. —北京: 中国中医药出版社, 2019.6

ISBN 978 - 7 - 5132 - 5440 - 3

I . ①常… II . ①张… ②陈… III . ①变态反应病 - 防治 - 问题解答 IV . ① R593.1-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 301472 号

中国中医药出版社出版

北京经济技术开发区科创十三街 31 号院二区 8 号楼

邮政编码 100176

传真 010-64405750

三河市同力彩印有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 880 × 1230 1/32 印张 5.5 字数 133 千字

2019 年 6 月第 1 版 2019 年 6 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 5440 - 3

定价 29.80 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

《常见过敏性疾病防治216问》编委会

主 编 张静虹 陈 宏

副主编 王洪波 夏晓青 杨国华 刘瑞玲

汤 蕊

编 委 (以姓氏笔画为序)

丁晓琴 马 东 马洪卫 王 娟

王德华 王燕玲 石 军 冯 群

朱雪珍 刘 青 关 林 芦垣锦

李 娜 李虎宁 李海凤 杨 梅

杨 瑞 杨学虎 吴贞贞 吴继英

邱立晨 张志红 宝 瑞 段绍云

侯凤玲 耿 青 高月玲 郭 静

龚旭凯 寇 博 彭少虎 焦晓辉

舒 峰 靳建宁

内容提要

随着社会工业化进程的不断推进，全球过敏性疾病的发病率不断升高，其中全球过敏性鼻炎患者近亿人，过敏性哮喘患者就有3亿人，每年大约有25万人死于哮喘，而且这个数据在逐年攀升，从2005年到2011年，我国成人过敏性鼻炎患病率从11.1%上升至17.7%。由于人们对过敏性疾病的认识程度相对滞后，加上免疫治疗的过程比较漫长，使得许多患者认为患上过敏性疾病就没法治了。从而导致患者治而不得其法，治而不得其门，这不仅严重影响了患者的生活质量，而且给社会造成了沉重的经济负担。本书采用问答形式，通俗易懂，深入浅出，帮助患者走近过敏性疾病，了解过敏性疾病，将该病的预防关口前移，规范治疗，降低发病率，提高患者的生活质量。

序

过敏性疾病又称变态反应性疾病，是指由接触致敏物质引起过敏反应或变态反应的疾病。过敏性疾病从新生儿到老年人的各个年龄阶段都可能发生，且往往具有明显的遗传倾向。常见的过敏性疾病有皮肤过敏反应、呼吸道过敏反应、消化道过敏反应及过敏性休克等。近年来，过敏性疾病的发病率在全球呈上升趋势，过敏性疾病患病人数超过世界总人口的 1/4。世界卫生组织已经把过敏性疾病列入 21 世纪重点防治的三大疾病之一。经过多年研究，人们逐步了解了过敏性疾病的病因、发病机制、自然发病过程，并不断寻求预防和治疗过敏性疾病的有效策略。过敏性疾病产生的直接和间接费用，对患者及其家庭，对卫生系统和全社会有着严重的影响。

虽然过敏性疾病的发病率在逐年增高，形式严峻，但过敏性疾病是可防可控的。我们必须承认过敏性疾病的治疗是一个长期的过程，应积极提倡“早发现、早诊断、早防治、越早越好”的新理念，注重个体化“规范防治，长期管理”的原则，在医患双方的长期密切配合下，使过敏性疾病得到规范化的治疗，提高患者生活质量并进一步减轻其经济负担。

鉴于此，中国中西医结合学会委员，中华医学会变态反应学分会委员张静虹教授组织多位医学专家编写了《常见过敏性疾病防治 216 问》这一健康知识读本。该书以一问一答的形式，传授过敏性疾病防治知识，倡导早发现、早诊断、早防治的生活方式。作为长期从事过敏性疾病防治一线工作的医务人员，我衷心希望有更多的变态反应学专家参与到过敏性疾病等健康知识的宣传普及事业中来，故乐之为序。

陈宏

2018 年 8 月

第一篇 过敏知识全知道

1.什么是过敏	2
2.过敏分几类	2
3.为什么会发生过敏	2
4.什么是过敏原	3
5.常见的过敏原有哪些	3
6.什么是螨虫	4
7.如何防尘螨	4
8.晒被子、通风可以防尘螨吗	5
9.常见引起过敏的花粉有哪些	5
10.如何预防花粉过敏	6
11.如何预防霉菌过敏	6
12.对猫毛、狗毛过敏怎么办	7
13.什么是过敏体质	7
14.“过敏体质”的人具有哪些特征	8
15.常见过敏性疾病有哪些	8
16.什么是过敏性鼻炎	8
17.过敏性鼻炎是全身疾病吗	9
18.什么是变应性咳嗽	9
19.什么是过敏性哮喘	9
20.什么是过敏性皮炎	10
21.什么是花粉症	10
22.什么是过敏性休克	10

- 23. 如何诊断过敏性疾病 11
- 24. 过敏原检测有必要做吗 12
- 25. 得了过敏性疾病需要做哪些检查 12
- 26. 什么是皮肤点刺试验 12
- 27. 哪些情况需要做过敏原检测 13
- 28. 哪些人不能进行皮肤点刺试验 13
- 29. 什么是皮肤斑贴试验 13
- 30. 哪些过敏需要做皮肤斑贴试验 14
- 31. 进行斑贴试验需要注意的问题有哪些 14
- 32. 什么是体外IgE检测 14
- 33. 过敏原皮肤点刺和特异性IgE检查结果不一致怎么办 15
- 34. 过敏性疾病可以根治吗 16
- 35. 如何避免接触过敏原 16
- 36. 常用抗过敏药有哪些 16
- 37. 什么是特异性免疫治疗 17
- 38. 舌下脱敏治疗是什么 17
- 39. 免疫治疗的作用有哪些 18
- 40. 可以做特异性免疫治疗的情况有哪些 18
- 41. 不可以做特异性免疫治疗的情况
有哪些 18
- 42. 免疫治疗注射前的健康询问包括哪些 19
- 43. 免疫治疗需要多长时间 19
- 44. 需要暂停免疫治疗或终止免疫治疗的情况
有哪些 19
- 45. 评价免疫治疗效果的指标有哪些 20
- 46. 妊娠期过敏预防的方法有哪些 20

47.严重过敏反应如何紧急处理	20
-----------------------	----

第二篇 过敏性鼻炎

48.如何区分过敏性鼻炎与感冒	22
49.过敏性鼻炎的发病机制是什么	22
50.过敏性鼻炎的病因有哪些	23
51.过敏性鼻炎的主要表现有哪些	23
52.过敏性鼻炎会传染吗	24
53.过敏性鼻炎的发病与遗传和环境 有关吗	24
54.过敏性鼻炎会癌变吗	24
55.如何诊断过敏性鼻炎	24
56.过敏性鼻炎的治疗方法有哪些	25
57.过敏性鼻炎如何才能治愈	25
58.过敏性鼻炎需要抗生素类药物 治疗吗	26
59.过敏性鼻炎用激素治疗有副作用吗	26
60.过敏性鼻炎为什么选择免疫治疗	27
61.免疫治疗的优势有哪些	27
62.过敏性鼻炎为什么要规范化治疗	27
63.过敏性鼻炎患者平时需注意些什么	27
64.过敏性鼻炎与哮喘病有什么关系	28
65.积极治疗过敏性鼻炎可以预防哮喘吗	28
66.过敏性鼻炎的并发症有哪些	29
67.过敏性鼻炎能手术治疗吗	29
68.过敏性鼻炎的自我按摩治疗有哪些	30

69.为什么短期使用鼻用激素喷雾后效果不明显·····	30
70.为什么过敏性鼻炎会反复发作·····	31
71.过敏性鼻炎会引起过敏性结膜炎吗·····	31
72.中医可以治疗过敏性鼻炎吗·····	32
附件1 过敏性鼻炎初筛问卷·····	33
附件2 鼻炎专业问卷·····	35

第三篇 支气管哮喘

73.支气管哮喘的流行病学是什么·····	40
74.世界哮喘日是哪一天·····	40
75.可以诱发支气管哮喘的原因有哪些·····	40
76.支气管哮喘的表现有哪些·····	41
77.支气管哮喘的自然过程是什么·····	41
78.支气管哮喘的治疗目标和原则是什么·····	41
79.支气管哮喘患者如何自我监测病情·····	42
80.峰流速仪如何使用·····	42
81.治疗哮喘的药物有哪些·····	43
82.支气管扩张剂包括哪些·····	43
83.抗炎药包括哪些·····	44
84.吸入给药的优势是什么·····	44
85.吸入给药的误区有哪些·····	45
86.吸入制剂都有哪些·····	45
87.雾化吸入的药物及方法有哪些·····	46
88.雾化吸入的注意事项有哪些·····	46

- 89.气雾剂有哪些 46
- 90.储雾罐如何使用 47
- 91.如何正确使用干粉剂都保? 注意事项有
哪些 47
- 92.如何正确使用干粉剂准纳器? 特点及
注意事项有哪些 47
- 93.使用后需要漱口的吸入药物有哪些 48
- 94.除了药物治疗, 哮喘的治疗方法还
有哪些 49
- 95.除了支气管哮喘, 会让人“喘”的疾病
还有哪些 49
- 96.为什么支气管哮喘患者需要行肺功能
检查 49
- 97.严重哮喘需要使用呼吸机治疗吗 50
- 98.支气管哮喘要治疗多久 50
- 99.支气管哮喘患者生活中应注意什么 51
- 100.引起支气管哮喘的常见药物有哪些 ... 51
- 101.支气管哮喘的食疗方法有哪些 52
- 102.哮喘得到控制后, 是否需要停药 52
- 103.如果哮喘得到了控制, 如何降级治疗 ... 52
- 104.患者需要及时就医的情况有哪些 53
- 105.如何预防哮喘发作 53
- 106.为什么都市人更容易患哮喘病 54
- 107.为什么需要长期规范防治哮喘 54
- 108.为什么要进行哮喘教育 55
- 109.哮喘是否可以根治 55
- 110.运动性哮喘如何治疗 56

- 111.哮喘是否会引发其他疾病 56
- 112.哮喘患者能不能怀孕 56
- 113.哮喘患者可以锻炼吗 57
- 114.孕期遇上哮喘会怎么样 57
- 115.孕期遇上哮喘,可以选择的药物
 有哪些 57
- 116.治疗哮喘的新药有哪些 58
- 117.如何记录哮喘日记 59
- 附件3 哮喘或咳嗽初筛问卷 60
- 附件4 哮喘专业问卷 62
- 附件5 咳嗽专业问卷 71

第四篇 皮肤过敏

- 118.皮肤过敏需要忌口吗 78
- 119.什么是化妆品皮炎 78
- 120.什么是接触性皮炎 78
- 121.过敏性皮肤病的预防要点有哪些 79
- 122.什么是家庭主妇皮炎 79
- 123.什么是“风疙瘩” 80
- 124.荨麻疹的分类和临床表现有哪些 80
- 125.如何治疗荨麻疹 80
- 126.治疗荨麻疹的常用食疗方法有哪些 ... 81
- 127.治疗荨麻疹常用的中成药有哪些 82
- 128.什么是湿疹?该如何鉴别 83
- 129.湿疹发生的原因有哪些 83

130.湿疹的外治疗法有哪些	84
131.湿疹的物理疗法有哪些	84
132.湿疹的食疗方法有哪些	85
133.什么是药疹	85
134.引起药疹的常见药物有哪些	86
135.什么是激素依赖性皮炎	86
136.中药也能引起过敏反应吗	87
137.皮肤过敏者平时应注意什么	87
138.预防小儿过敏性皮肤病应注意的问题 有哪些	88
139.老年人如何预防过敏性皮肤病	88
140.什么是染发皮炎	89
141.不适宜染发的人群有哪些	89
142.染发前的准备有哪些	90
143.什么是尿布皮炎	90
144.什么是皮肤划痕症	90
附件6 皮炎或接触性皮炎初筛问卷	92
附件7 皮炎或接触性皮炎专业问卷	93
附件8 药物过敏或严重过敏反应初筛问卷	98
附件9 药物过敏专业问卷	99

第五篇 儿童过敏

145.儿童过敏后的表现有哪些	110
146.会引起过敏的食物有哪些	110
147.母乳喂养是否会导致婴儿食物过敏	110

148. 为什么母乳喂养的孩子会出现牛奶蛋白过敏 111
149. 喝牛奶的孩子出现过敏症状, 可以换成羊奶吗 111
150. 如何给湿疹患儿洗澡 111
151. 湿疹患儿如何用药 112
152. 孩子湿疹期间是否可以接种疫苗 112
153. 孩子出现荨麻疹该如何应对 112
154. 如何知道孩子是紫外线过敏了 113
155. 如何区别紫外线过敏与晒伤 113
156. 孩子紫外线过敏应如何应对 113
157. 什么是小儿口腔过敏综合征 114
158. 口腔过敏综合征的发病机制是什么 114
159. 容易导致口腔过敏综合征的食物有哪些 114
160. 如何治疗小儿口腔过敏综合征 115
161. 为什么孩子过敏要查视力 116
162. 儿童过敏性结膜炎与成人一样吗 116
163. 如何判断孩子患了过敏性鼻炎 116
164. 孩子被诊断为过敏性鼻炎该如何应对 117
165. 治疗儿童过敏性鼻炎的方法有哪些 117
166. 儿童使用鼻激素治疗安全吗 118
167. 什么是小儿过敏性咽炎 118
168. 怎样鉴别小儿过敏性咽炎与小儿过敏性咳嗽 118
169. 小儿过敏性哮喘是如何诱发的 119
170. 儿童一般什么年龄容易发生哮喘 119

171. 孩子的哮喘能根治吗 119
172. 随着年龄增长, 孩子的哮喘可以自愈吗... 119
173. 治疗孩子哮喘是中医好还是西医好 ... 120
174. 三伏贴治疗孩子哮喘有效吗 120
175. 儿童难治性哮喘应如何管理 120
176. 哮喘患儿可以游泳吗 121
177. 如何预防哮喘 121
178. 考虑咳嗽变异性哮喘的情况有哪些 ... 121
179. 孩子反复咳嗽不好怎么办 122
180. 哮喘儿童扁桃体腺样体切除后是否可以
减轻症状 122
181. 雾化吸入可使用的药物种类有哪些 ... 122
182. 什么是过敏性紫癜 123
183. 什么是小儿过敏性胃肠炎 123
184. 医生如何诊断小儿过敏性胃肠炎 123
185. 如何治疗过敏性胃肠炎 124
186. 为什么父母需要关注过敏儿童的情绪和
行为 124
187. 什么是小儿过敏性肺炎 124
188. 什么是儿童药物过敏反应 125
189. 药物过敏的判断及治疗方法有哪些 ... 125
190. 儿童常用的抗过敏药物有哪些 125

第六篇 食物过敏

191. 什么是食物过敏 128

- 192.什么是红肉过敏 128
- 193.什么是芝麻过敏 128
- 194.什么是食品过敏原标识 129
- 195.什么是荞麦过敏 129
- 196.食物过敏后如何合理规避饮食 130
- 附件10 食物过敏初筛问卷 131
- 附件11 食物过敏专业问卷 132

第七篇 过敏性疾病的护理

- 197.小儿过敏性哮喘应如何护理 140
- 198.小儿过敏性鼻炎应如何护理 141
- 199.小儿湿疹应如何护理 142
- 200.过敏性鼻炎应如何护理 143
- 201.过敏性结膜炎应如何护理 144
- 202.对敏感性皮肤应如何养护 145
- 203.过敏性疾病患者该如何锻炼身体 146
- 204.小儿日光性皮炎应如何护理 146
- 205.特应性皮炎该如何护理 146
- 206.对特应性皮炎患儿该如何进行家庭
护理 147
- 207.过敏性皮疹该如何护理 148
- 208.婴幼儿湿疹该如何护理 149
- 209.支气管哮喘该如何护理 149
- 210.过敏性紫癜该如何护理 149
- 211.接触性皮炎应如何护理 150

212. 常见荨麻疹应如何护理	150
213. 过敏性皮炎应如何护理	151
214. 面部痤疮该如何护理	152
215. 老年人皮肤瘙痒症发生的原因有哪些	153
216. 老年人瘙痒症的护理措施有哪些	154
参考文献	156