



食 物 過 敏 之 概 論

成大醫學中心小兒部

過敏免疫風濕科

周祖佑 醫師



南瀛過敏氣喘兒保健協會

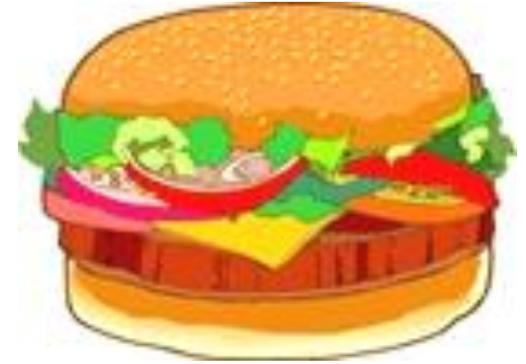


- 在台灣---最常見的過敏疾病
 - a) 氣喘
 - b) 過敏性鼻炎
 - c) 過敏性結膜炎
 - d) 異位性皮膚炎
 - e) 蕁麻疹
 - f) 食物過敏



等六大類





• 食物過敏：

- 吃過某類食物之後不久
- 立刻出現紅疹、發癢，或片狀的蕁麻疹
- 還會出現慢性腹痛、絞痛、脹痛症狀
反覆出現噁心、嘔吐現象

- 其嚴重性與吃下的食物量成正比





- 食物過敏造成病童所誘發之過敏發生可能很早即發作
 - 在成人其重要性則有所下降
 - 對食物的過敏反應可以產生各種不同的症狀
且可能波及到全身各部位
- 如在呼吸系統，食物過敏可以引起氣喘、鼻子過敏、及眼睛過敏
- 如波及腸胃道，則可能會產生腹瀉、噁心、嘔吐、腹痛和絞痛等症狀
- 發生在皮膚時，則會產生癢感、異位性皮膚炎、蕁麻疹、甚至造成血管神經性水腫
- 罕見的情況下，有些病童會產生休克





• 較易引起皮膚過敏之食品與藥物

- 飲料：牛奶、汽水、果汁（含有碳酸、人工色素）。
- 刺激品：酒、辣椒、咖啡、咖哩。
- 海產類：魚、蝦、蚵仔、蟹、蛤仔、魷魚等
- 菜類：筍子、香菇、木耳、芋仔、糯米、茄子、紅蘿蔔。
- 水果：芒果、荔枝、龍眼、蕃茄、葡萄。
- 藥品：感冒藥（匹林）、黃胺劑、消炎藥、止痛退燒藥
- 其他：罐頭食品、花生、蛋、肝、巧克力、可可、泡麵、





- **飲食習慣的改變**。過去的飲食以蔬菜和低熱量為主，現代則大多是高熱量、高蛋白質和高脂肪飲食；加上有些飲食店可能以回鍋油或不安定油油炸、燒烤食物，更容易引起過敏症狀。
- **以嬰兒配方奶粉代替母乳餵食**，使得幼兒的免疫力下降。研究證實，一般奶粉無法提供充分的免疫，嬰兒一接觸到過敏原就容易提早出現過敏症狀。
- **腸胃道正常菌叢的改變**。流行病學調查顯示，本地的嬰幼兒腸內菌叢因為受到抗生素濫用及飲食內容改變的影響，以致乳酸菌等益生菌往往被殺死，影響了腸胃道正常菌叢的平衡，結果使得過敏症狀更為嚴重。
好在這些情況都是可以改善的，只要方法正確，就可以降低發作頻率。





- 診斷病童對食物產生過敏反應，須由下列四項決定：
 1. 詳細而完整的過敏病史。
 2. 食物過敏性皮膚試驗。
 3. 血清中食物特異性免疫球蛋白E抗體檢查。
 4. 食物的食用激發試驗，目前最標準的診斷方式為
 - 雙盲安慰劑控制的食物激發試驗
- 確定是否有對食物的不良反應存在
- 尚可監測追蹤病童其現階段的食物過敏狀況





• 治療過敏病及預防其急性發作,主要有三大原則:

➤ 避免過敏原

❖ 高過敏家庭中的懷孕婦女{有兩個以上過敏病患}

❖ →最好從懷孕四個月起,就避免接觸過敏原

→新生兒於出生後的六個月內,最好餵食母乳

餵食母乳時,母親應禁食已被證實會造成過敏的食物(較常見者為乳製品、蛋、魚、豆奶或花生)

→→當不能餵食母乳時,則使用水解蛋白嬰兒奶粉餵食{像雀巢的能恩HA低過敏奶粉、Alfare、或哺力美等}

→→副食品在六個月後再添加

→→→都有助於預防過敏疾病的產生

❖ →減少塵璊,動物,香煙的接觸

❖ →藉勤洗手、戴口罩、流行期不到公共場所來減少病毒感染(?)





- 治療氣喘病及預防急性發作主要有三大原則：
 - 避免會誘發氣喘發作的刺激因素 → 吃冰??????
 - 歐美學者:除非有確切的證據顯示
病童吃了冰或喝了冰飲料
會引起咳嗽或氣喘發作，
否則何必剝奪兒童吃冰的權利呢？
(vs)→在台灣有些平常毫無症狀的氣喘病童，
吃了冰或喝了冰飲料，
便會引起咳嗽或喘鳴發作
 - 日本學者:冰冷食物會使東方人之肺功能下降變化





• 食物過敏病童的預後

- ➔ 當然若其起初之過敏反應的程度較嚴重者，
其可安全添加所須之時間通常須較為延長，
- 即食物過敏反應發作年齡越大，
- 起初之過敏程度越嚴重，
- 持續時間越長者，
- ➔➔ 越不容易消失。





• 食物過敏病童的預後

對某些食物如

- 牛奶
 - 蛋
 - 豆奶
 - 麥
- 等的過敏反應：

→ 一般平均於六個月大時產生

→ 於十四個月大後可安全添加

→ → 即隨其年齡長大而消失





• 食物過敏病童的預後

對某些食物如

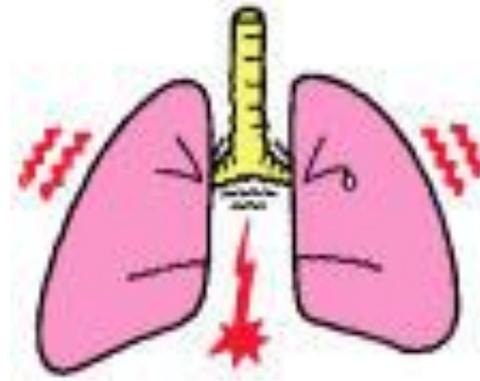
- 花生
- 貝殼海鮮
- 魚
- 堅果
- 蕎麥
- 芥菜

→ 通常一生都會保有這些過敏





- 如果小時候對食物過敏，
→ 長大很可能變成對塵璊過敏





食物與藥物過敏之概論

- 確定診斷對那一種食物會引起過敏反應
 - 才加以避免是十分重要的
- 盲目的禁食一、二十種以上曾引起別人過敏的食物，不但不切實際，甚致造成病人營養需要上的問題
- 一旦被鑑定出對某種食物有真正的過敏反應時最佳的處理方式乃為：
 - 在過敏免疫學專科醫師指導及監視下
 - 避免進食一段時間後
 - 再嘗試使用食物激發試驗
 - 以決定是否可以重新食用之





藥物過敏之概論

成大醫學中心小兒部

過敏免疫風濕科

周祖佑 醫師



南瀛過敏氣喘兒保健協會



食物與藥物過敏之概論

- 治療氣喘病及預防急性發作主要有三大原則：
 - 以及適當的藥物治療
 - 在台灣跟氣喘即食物過敏有關的
 - 積極治療 (1) 鼻竇炎與鼻炎
 - (2) 胃食道逆流
- 這些潛在的疾病，也可以改善氣喘的控制情況





食物與藥物過敏之概論

• 藥物過敏引發氣喘

- 藥物過敏當中以阿斯匹靈最為常見
 - 在小於十歲的氣喘病童身上甚為罕見
 - 成人氣喘中，有20%~30%與阿斯匹靈有關
 - 對藥物過敏者只要少許劑量就有反應
- 現在新發展出之非類固醇抗發炎藥{NSAID}
 - 對這類藥物過敏嚴重者也同樣會引發氣喘發作





食物與藥物過敏之概論

• 藥物過敏引發氣喘

• 阿斯匹靈之藥物過敏好發予：

- 20 ~ 40 歲
- 女性
- 有Nasal polyp
- M-C allergic syndrom.
- Allergy to NSAID Drug





食物與藥物過敏之概論

- 臨床上, 阿斯匹林誘發型氣喘的三徵(triad)包括
 - 對阿斯匹林有敏感反應
 - 氣喘發作
 - 鼻息肉





食物與藥物過敏之概論

- 阿斯匹林誘發型氣喘的診斷：
 - 主要由病人的病史
 - 副鼻竇的攝影檢查
 - 阿斯匹林激發試驗





食物與藥物過敏之概論

- 對阿斯匹林誘發型氣喘的處理方式：
 - 主要須避免這些藥物的再使用
 - 嘗試改用acetaminophen
或其它類似的非類固醇抗發炎藥物
 - 必要時, 用去敏感(desensitization)作用
 - 和症狀治療所誘發的氣喘或其他過敏病症狀





食物與藥物過敏之概論

- 對阿斯匹林誘發型氣喘的處理方式：
 - 靜脈注射類固醇中的Hydrocortisone
 - ➔ 曾被報告使用於對阿斯匹林敏感的病人身上會產生不良反應，須避免使用





食物與藥物過敏之概論

- 對阿斯匹林或其他的非類固醇抗發炎藥物敏感的病人，由其呼吸系統對阿斯匹林激發試驗所產生的反應，可分為下列五類：
 1. 陽性氣喘發作反應：FEV1比基礎值降低百分之二十五以上
 2. 部分氣喘發作反應：FEV1比基礎值降低大於百分之十五但小於百分之二十五
 3. 鼻眼反應：鼻充血、流鼻水、和/或眼睛充血合併結膜水腫、及流眼淚
 4. 典型的反應：同時產生陽性氣喘發作反應和鼻眼反應
 5. 不反應者：吞服650 毫克的阿斯匹林後不但沒有任何呼吸系統症狀，且其FEV1比基礎值降低不超過百分之十五





食物與藥物過敏之概論

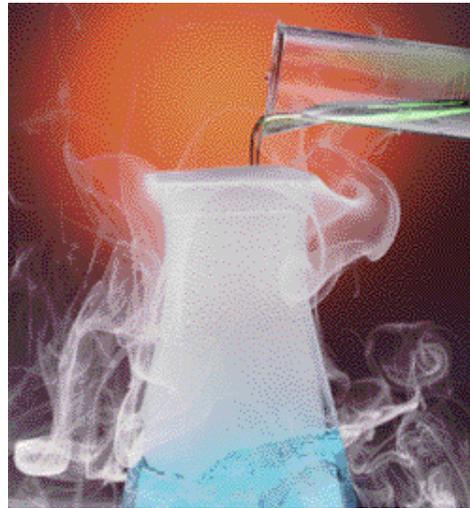
- 由上述的阿斯匹林激發試驗來定義，會對阿斯匹林或其他的非類固醇抗發炎藥物產生敏感：
 - 於一般人群中約有百分之零點三的人
 - 約有百分之五到二十的成人氣喘患者
- 會產生陽性的阿斯匹林敏感反應
- 致誘發其氣喘症狀發作，會因嚴重氣道阻塞
- 造成病人意識不清或停止呼吸





食物與藥物過敏之概論

- 一般人在吃中藥時都知道：
 - 中、西藥在服用時最好間隔一段時間
 - 或是服用中藥時不要喝茶不要吃蘿蔔
 - 一般來說最適合拿來搭配口服藥吞服的就是溫開水





食物與藥物過敏之概論

- 服藥的時機
 1. 一般藥物如果是飯後服用通常指的是
飯後半小時到一小時服用
 2. 如果是飯前服用，也最好飯前半小時服用
 3. 有些藥物是每四小時或是每六小時吃一次
就不一定是在飯前或飯後
但一定要與用餐時間相隔半小時比較安全





食物與藥物過敏之概論

- 哪些食物會剋藥？
- 1. 牛奶、優酪乳等乳製品或是鐵劑 ←→ 抗生素
- 2. 茶 ←→ 鐵質補充劑
- 3. 葡萄柚汁柳橙汁 ←→ 心臟血管疾病的鈣離子阻斷劑
←→ 抗組織胺的藥物
←→ 或是鎮靜劑
- 4. 含酒精的飲料 ←→ 抗組織胺的藥物
←→ 或是安眠藥
←→ 抗憂鬱劑並用





食物與藥物過敏之概論

• 氣喘急速惡化之治療—急診治療

- 治療：要注意會影響此濃度的因素（如併用之其他藥物），
- 會影響茶鹼代謝的藥物如下表所示

增加血中濃度		減少血中濃度	
口服避孕藥	懷孕、肥胖、高齡	Benzodiazepine	吸菸
鈣離子阻斷劑	肝功能異常、肝硬化	Dilantin	
Allopurinol	心臟衰竭、肺水腫	Furosemide	高蛋白食物
Ciprofloxacin	肺心症	Ketoconazole	孩童
Cimetidine	肺炎	Marijuana(大麻)	
Erythromycin	急性病毒感染	Phenobarbital	
INAH	FEV1 < 1L	Rifampin	
Mexiletine	高碳水化合物食物	Tegretol	
Norfloxacin			





食物與藥物過敏之概論

- ❖ 哪些食物會剋藥？
- 5. 碳烤類食物 \leftrightarrow 支氣管擴張劑
 \leftrightarrow 解熱鎮痛劑
- 6. 綠色蔬菜、苜蓿、酪梨等 \leftrightarrow 抗凝血劑
並用
- 7. 甘草 \leftrightarrow 治療心臟病的毛地黃Digoxin





食物與藥物過敏之概論

- 藥即是毒
- 藥可以治病，亦可以致病





食物與藥物過敏之概論

• 哪些食物會剋藥？

1. 牛奶、優酪乳等乳製品或是鐵劑：對於某些的抗生素消炎藥會有降低藥效的副作用。
2. 茶：茶中的單寧酸會與鐵劑或鐵質補充劑中的鐵相結合，而降低鐵劑的吸收。
3. 葡萄柚汁柳橙汁：對於一些用於心臟血管疾病的鈣離子阻斷劑，抗組織胺的藥物或是鎮靜劑，會造成藥效的加強作用。
4. 含酒精的飲料：不能與治療過敏或皮膚癢的抗組織胺的藥物或是安眠藥、抗憂鬱劑並用，以免會加重藥物抑制中樞神經的作用造成嗜睡四肢無力的現象。





食物與藥物過敏之概論

- 哪些食物會剋藥？

5. 碳烤類食物：因為碳燒食物會誘發肝臟酵素而加速支氣管擴張劑，解熱鎮痛劑的代謝，會與藥效相抵銷，造成失效的作用。

6. 綠色蔬菜、苜蓿、酪梨等含有豐富的維生素K的食物：如果與抗凝血劑並用，會有內出血的危險

7. 甘草：主要是不能與治療心臟病的毛地黃 Digoxin 合用以免會引起水分的滯留和低血鉀的危險性。





食物與藥物過敏之概論

- 阿斯匹林誘發型氣喘的診斷：
 - 阿斯匹林激發試驗
- 使用由低劑量逐漸增加的阿斯匹林口服
- 或 lysine-aspirin 溶液吸入來進行激發試驗
- 對不易產生嚴重反應的低危險群病人通常是相當安全





食物與藥物過敏之概論

- 阿斯匹林誘發型氣喘的診斷：
- 阿斯匹林激發試驗
- 若使用阿斯匹林的口服激發試驗
- 開始的激發劑量須小於平常使用劑量的五十分之一
- 須有有經驗進行此激發試驗的醫師在場
- 且須具備有可隨時處理病人突發性嚴重氣道阻塞或休克的急救設備





食物與藥物過敏之概論

- 阿斯匹林誘發型氣喘：
 - 在小於十歲的氣喘病童身上甚為罕見
 - 對於年齡介於十歲至二十歲的患者而言
 - 其發生率則大約為百分之十





食物與藥物過敏之概論

- 有人用葡萄柚汁來配藥服用，
→ 可是卻引起了藥物的中毒反應，
→ → 這是因為葡萄柚汁的類黃酮素（flavonoids）
會抑制某些藥物在肝臟代謝的速率，
導致藥物在血中的濃度升高，
而增加藥性導致藥物過量反應。





食物與藥物過敏之概論

- 可安全使用於懷孕婦女氣喘病而不會造成胎兒畸型機率增加的治療藥物包括：
 - $\beta 2$ 交感神經興奮劑
 - 茶鹼 cromolyn sodium
 - beclomathasone dipropionate
 - prednisone
 - chlorpheniramine
 - tripeleennamine
 - pseudoephedrine
 - oxymetazoline
 - guaifenesin dextromethorphen
 - erythromycin、amoxicillin、和 Augmentin
- ➔ 當上述藥物以噴霧吸入方式使用時，其安全性更高





食物與藥物過敏之概論

目前認為不可使用於懷孕婦女氣喘的治療藥物包括有

- α 交感神經興奮劑
〔phenylpropanolamine、phenylephrine、而pseudoephedrine除外〕、
- 腎上腺素、
- 碘劑、
- 磺胺類〔於懷孕末期使用〕、
- 四環黴素、
- Aminoglycosides、和
- quinolones。
- 至於對於Ipratropium bromide 和新一代的抗組織胺的使用，則須進一步的資料來確定之。





食物與藥物過敏之概論

- 對牛奶產生過敏可能出現的症狀包括濕疹、蕁麻疹、厭食、嘔吐、吸收不良、便秘及血便等，
- 而且小時候較常以腹瀉表現
- 大一點就可能經常便秘
- 牛奶過敏多在一歲後改善，
- 如果要換奶粉，最好詳細檢查以確定過敏原因，牛奶過敏比較嚴重的寶寶，醫師會建議食用高度水解蛋白配方奶粉，其原理是將牛奶中的蛋白以「水解」的方式分解得非常細小，此類奶粉口感較差，價格也較貴。





- 胃食道逆流被發現與氣喘病人的喘鳴發作有所關聯
- 其可能的致病機轉乃是繼發於食道下段感覺神經纖維受刺激所造成的反射性迷走神經支氣管收縮現象。
- 另一可能的致病原因為吸入胃部內容物。
- 夜間睡眠時由於食道清除胃逆流食物的功能暫時缺失病人往往會因夜裏的胃食道逆流而會產生糜爛性食道炎 (erosive esophagitis)。





- **胃食道逆流的診斷**
- 診斷通常只要經由正確的病史即可獲得
- 下列為其常見的臨床症狀：
 1. 於嬰幼兒期可見過度地噯氣 (belching)、打飽嗝、和吐唾沫。
 2. 於年紀較大的孩童與成人常見噯氣和胃灼熱。
 3. 對治療反應不佳的夜間氣喘惡化。





- 胃食道逆流的診斷
- 其他可用來作為胃食道逆流診斷的方法如下：
 1. 食道內視鏡檢查。
 2. 下食道括約肌壓力變化的監測。
 3. 食道內酸鹼值變化的監測。
 4. 食道切片檢查。





• 胃食道逆流的處置

1. 生理學上與飲食上的治療方式：
 - a. 抬高床頭十五至二十公分。
 - b. 少量多餐濃度較高的食物。
 - c. 避免於晚餐與睡前進食食物或飲料。
2. 使用制酸劑和H-2阻斷劑(cimetidine、ranitidine)中和及抑制胃酸的產生。
3. 使用omeprazole抑制胃食道酸逆流的產生。





- 胃食道逆流的處置

- 4. 藉由下列方式維持下食道括約肌的正常壓力：

- a. 避免進食油膩食物、辣味、酒精、和 methylxanthin(茶鹼、咖啡鹼)。

- b. 服用可增加下食道括約肌壓力的藥物如 metoclopramide、cisapride。

- 5. 手術矯正療法只適用於下列狀況：

- a. 對內科療法反應不佳，且有嚴重症狀的食道發炎。

- b. 發生食道炎的合併症如食道狹窄。

- c. 確定因夜間胃食道逆流而引起的呼吸道合併症。





食物與藥物過敏之概論

- 氣喘病人對阿斯匹林產生呼吸系統敏感的過去病史時→於接受阿斯匹林激發試驗後
 - 約有百分之七十二的病人會有陽性氣喘發作反應，→→→其中百分之六十六為同時合併典型鼻眼反應
 - 另外百分之十二則主要為鼻眼反應，
 - 其中百分之六則尚有部分氣喘發作反應；
 - 至於剩下的百分之十六則為不反應者。

