躲不住 避不過？

經常聽到人說有食物過敏，例如吃蝦蟹後皮膚痕癢紅腫，解決之法惟有戒絕蝦蟹。

但對於有塵蟎過敏人士，雖然會盡力避開，但有時卻避無可避，一接觸後鼻水不停流、噴嚏不停打，嚴重的更會令氣管收縮，引發哮喘。

避無可避，莫非要終身受苦？今天過敏已找到根治之法，患者可以透過三種脫敏治療，擺脫過敏症！

撰文：陳旭英　攝影：張文智
設計：陳承峰

3種脫敏治療 根治過敏症

香港大多數過敏症患者，憑藉過往經歷判斷自己對某某食物或某某物質過敏，卻不知道真正元兇。二十六歲的Michael是其中一員，他曾經以為自己有海鮮過敏及藥物過敏，多年來一直設法避開致敏原，但卻多次躲不住，避不開，到皮膚出紅疹、痕癢難擋時才發現中招，惟有急急求醫。

「我一吃蝦蟹，皮膚便起紅疹，所以我以為有蝦蟹過敏。我又服過某一種消炎藥，之後痕癢及起紅疹，我就知道我對這藥物過敏。對於會引起過敏反應的食物和藥物，我惟有避開。惟食物可以不吃，但藥物我雖然每次求醫都要講明，但其後我發現避開這種藥，轉為服另一種藥又起紅疹，我究竟對多少種物質有過敏？於是到養和過敏病科中心見李德康醫生，徹底查清自己的過敏問題。」Michael說。

以為海鮮 原來塵蟎

結果他一直以為是兇手的蝦和蟹，在李醫生聽過病歷，經抽絲剝繭分析及以測試確定後，他才發覺自己與蟹族沒有任何仇怨，而蝦族中只有某一種龍蝦是仇人，吃不得。他對基圍蝦飼料亦過敏，故基圍蝦亦吃不得！

藥物方面，測試後發覺他對「非類固醇消炎藥」（NSAIDs）過敏，這界別包含多種藥物，當中分為兩大類，共有數十種藥物。李醫生將會引起過敏反應的藥物名稱清單交給Michael，叮囑他日後求醫時告知醫生。Michael怕有遺漏，故將藥物清單儲存至智能電話中，遇事時讓醫護人員第一時間知悉。

蟹和大部分蝦都不是引起他過敏反應的元兇，為何Michael當初會誤會對蝦蟹過敏？「李醫生問我在哪些地方吃蝦蟹，我說在酒店餐廳，這種地方都是密閉空間，空調有時會較弱，有時又會開暖氣……很多時我在這種室內地方待一會，皮膚便開始痕癢，起紅疹……最後經過敏測試發現，原來我對塵蟎過敏，而這類地方，最容易積聚塵蟎！」Michael說。

認清仇人，Michael知道避免各種會引起過敏的藥物及食物，基本上就不會令自己受苦。然而塵蟎難避免，傢俬、牀單、被褥、窗簾都容易有塵蟎，他自己的家居還可以保持清潔來避免，但他經常到外地，要入住酒店，遇上塵蟎機會極高。李醫生建議他可以接受脫敏治療，如成功，將可永久擺脫塵蟎的威脅。

「我很想吃雞蛋」

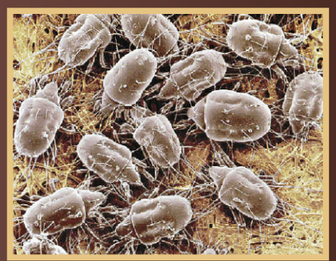
五歲的湯本琉平和一般小孩子一樣活潑好動，但卻不能像一般小孩子天天吃雞蛋，天天飲牛奶。父親帶他到養和見李醫生，他說出一個很卑微的願望：「我很想吃雞蛋！」

兩年前舉家從日本移居香港的父親湯本真一說：「兒子大約在三個月大時便發現有過敏徵狀，滿臉滿身都是紅疹，又癢又腫，令他很不舒服，又哭又叫的，當時立即帶他見皮膚科醫生。醫生一看認為情況嚴重，叫我帶他到醫院見兒科醫生，之後經多次覆診及進行測試，才知道兒子原來對雞蛋及乳製品過敏……」

才數個月大的琉平，出生後一直吃母乳，為何仍有過敏病徵？原來母親飲食中有雞蛋和牛奶，母乳中便可能含有雞蛋及牛奶的致敏原，而在嚴重患者仍可誘發過敏病

▲▶ 自幼對雞蛋和乳製品過敏的琉平，向李醫生表達想吃雞蛋的願望。

李德康醫生說，脫敏治療之所以重要，是可以及早阻止過敏症惡化。



▲ 塵蟎普遍存在於傢俬、窗簾、被鋪、毛公仔中。

▶ 注射式脫敏治療為期最少三年，五年效果更好。

▶ Michael現正接受塵蟎脫敏注射治療，如成功，便能終身擺脫塵蟎的威脅。

脫敏3方式

注射脫敏疫苗：
首三個月每星期注射，三個月後每月注射，為期三年。

口服噴劑疫苗：
每日一次，為期三年。

口服滴劑：
每日一次，由一滴開始，三天後加為兩滴，再三天後加至三滴，如此類推，為期半年。

現時養和醫院過敏病中心有三十人正進行口服疫苗脫敏療程，四人接受注射疫苗脫敏療程，一人正進行口服滴劑脫敏療程。

徵，所以琉平亦出現痕癢紅疹。知道元兇後，母親依循醫生指示，在飲食中戒絕雞蛋和乳製品，才餵哺母乳。而稍後亦選用低敏配方奶粉，確保琉平不會被引發過敏病徵而受苦。

家有過敏兒，父母照顧要格外留神，湯本先生說夫婦二人購買食品時必細讀標籤，確保沒有致敏原，到餐廳亦細閱餐牌，及問明侍應有關食物材料，但有時都會中招！

▼香港不少人對甲殼類海產過敏，戒吃便可避免引發過敏徵狀。如有需要，亦可以接受脫敏治療。

認清致敏原

「有次到沖繩旅行，入住旅館時已千叮萬囑店員，食物中不可以有雞蛋及乳製品，誰知兒子在進餐後全身出疹及嘔吐，查問下才發現漢堡包內有雞蛋成分，結果當晚要立刻去醫院！」湯本先生說。

兩年前移居香港後，湯本先生每次到餐廳點菜時亦有向侍應查問食物成分，但他說店員回覆大多很模糊。在這種情況下，還是不點為妙。

對兒子飲食要倍加留神的湯本先生，去年聽過李德康醫生有關過敏症的講座後，知道可以接受脫敏治療，於是到養和求醫。

十五歲的Claudia亦是一出生便有過敏症，「她在BB時期已經常有皮膚紅疹，帶她求醫做測試，確定有食物過敏，其中一種是牛奶，所以她自小便轉飲豆奶。她對海鮮亦過敏，吃後會全身出紅疹，所以亦是從小便戒吃了！但是她仍然有時會出現過敏徵狀，我們都不知道是甚麼又引致她出疹，直至去年到養和見李醫生做過詳細評估和測試後，才知道她真正要迴避的食物種類。」媽媽朱太說。

原來Claudia並非對所有海產類食物都有過敏，三文魚、吞拿魚、劍魚都可以吃，但甲殼類中的蝦和龍蝦都吃不得！而在營養師的詳細解說下，朱太方知道平日一些常吃的食物，原來含有令女兒過敏的甲殼元素，包括蠔油、凱撒沙律醬、魚露等。

◀琉平五個月前開始接受雞蛋脫敏療程，成功在望。

及早脫敏 杜絕惡化

然而食物可以盡力避免，塵蟎卻難避。「女兒自小有鼻敏感，之前一直以為她全身紅疹是對某種食物出現過敏，見了李醫生、做了測試後才知道女兒原來對塵蟎過敏！」朱太說。為了女兒的長遠健康着想，她決定讓女兒接受塵蟎脫敏治療。

口服式噴劑疫苗，每日一次，療程為期三年。

養和醫院過敏病科中心主任李德康醫生說，在過敏病症中，當出現如流鼻水、哮喘，可處方藥物控制病徵，但只有五至六成機會有效。如找不到致敏原，過敏病可說是無法治癒。而一些致敏原如塵蟎、花粉，由於難以完全避免，故病人可能一生中都會多次因病發而感到不適，甚或有性命危險。故科研人員研發出脫敏治療疫苗，幫助患者脫離過敏症的魔掌。

「脫敏治療之所以重要，因為研究發現兒童有過敏症，又未能適當治療，日後演變成哮喘的機會高達80%。如果過敏兒童能及早進行脫敏治療，他成長後便不容易會有哮喘。」李醫生說。

脫敏治療有三種方式，第一是注射脫敏疫苗，第二種是口服脫敏疫苗噴劑，兩種方式的治療年期為三至五年。研究確認，脫敏治療成功率達85%。

食物過敏由於未研發成疫苗，故現時的脫敏療程為直接服用含有該致敏原的滴劑，像正進行雞蛋脫敏療程的湯本琉平，最初開始時服用一滴雞蛋滴劑，之後每隔三天增加劑量。「五個月前開始療程的琉平，由一滴開始，現時已經可以接受一百零五滴的份量。」李醫生說。

▲醫護人員為患者進行皮膚測試，或抽血化驗，找出患者對甚麼物質過敏。

▲這是含有不同致敏原的試劑。

▼如懷疑患有過敏症必須找出致敏原，才能針對性地治療。

嚴密監察 脫敏治療

每一種食物的脫敏療程為期半年，如成功，琉平可以開始進食雞蛋。之後亦可以開始乳製品脫敏療程。

而對塵蟎過敏的Michael和Claudia，則分別以注射式疫苗及口服噴劑作為脫敏治療。Michael剛開始注射第二針，Claudia則已接受了十個月療程。

李醫生說，脫敏療程必須在醫護人員指導及監察下進行，確保安全。「注射後可能出現副作用，注射位置皮膚可能會出現紅、腫、痕的情況，口服的疫苗亦會有皮膚痕腫等情況出視，故首次進行口服疫苗及每次注射疫苗後，需留院一小時觀察，確保安全才可離院。」

而食物脫敏療程亦需要作嚴謹監察，除了初次必定在醫院進行，李醫生更特別提醒家長在治療前後，要讓孩童保持安靜，切勿到處奔跑玩耍，否則會加速致敏原在體內產生反應，引發強烈的過敏徵狀。

另外在完成食物脫敏療程後，患者需繼續食用該食物，讓身體繼續適應，否則如無故停吃，食物過敏症可能會再出現。相對以注射及口服疫苗脫敏的療程，成功後便能終身脫敏。東