

# 食物過敏 原因與治療



記者李榮  
／聖荷西報導

美國大約有1500萬人有「食物過敏」，且盛行率愈來愈高。依據疾病管制局2008年的研究顯示，從1997到2008年之間，食物過敏者就增加了18%，其中兒童食物過敏

## 醫師小檔案

徐安琳 (Anlin Xu)

出於上海。匹茲堡大學醫學院畢業，耶魯大學內科住院醫師，舊金山加大與史丹福大學過敏科住院醫師。

2004年至南灣執業。

語言：中文、上海話

專家諮詢：華人健康促進計畫提供

非常常見，大約每7到13個小孩中就有一人有對於某些食物過敏。

食物過敏可能的症狀包括皮膚起疹子、蕁麻疹、發癢、嘴唇紅腫、喉嚨腫、眼睛腫、腹瀉、哮喘發作等，嚴重時可能導致血壓突然降低（五分鐘內就從血壓正常降到完全測不到血壓），甚至有猝死的危險。

過敏科醫師徐安琳指出，人會「過敏」是因為身體的免疫系統對於外來異物過度排斥反應，沒有過敏者接觸到這些異物（過敏原）不會有明顯的症狀；但有過敏體質的人，因免疫系統啟動保護身體的機制，出現排斥反應。

徐安琳介紹，牛奶、雞蛋、花生、堅果、大豆、帶殼類海鮮（例如蝦、蟹）、魚、麵粉等八類食物，是最常見的食物過敏源。有一些人可能在小時候對某些食物過敏，後來隨著消化系統及免疫系統逐漸成熟，三到五年之後自行擺脫過敏體質，但現在也有愈來愈多的人終其一生與過敏相伴。

「我們都教病人詳細閱讀食物上的標籤。」徐安琳指出，如果在吃完東西後出現過敏現象，則必須請醫師確認過敏源，日後避免接觸該種食物。不慎食用食物而導致急性嚴重過敏，必須緊急注射「Epi-Pen」，該藥含有Epinephrine，可以舒緩過敏導致

的免疫反應，必要時挽救生命。

除了被動避免造成過敏的食物以外，醫學界一直在研究主動治療過敏的方式。紐約的兒童過敏權威西奈山（Mount Sinai）醫院近來就發展出一種高溫破壞奶蛋蛋白質的治療，病患在醫師的指示下少量食用一些經高溫烘培的奶蛋製品，讓身體的免疫系統習慣，有些人在半年到一年後不再對牛奶過敏。

徐安琳解釋，很多糕點等再製品的食物都含有牛奶與雞蛋，很容易不小心誤食，讓過敏者非常困擾。西奈山醫院發現，在持續特定高溫下，牛奶的蛋白質會被破壞，受測者依照研究規畫，定期攝取微量的特製奶製品，可以有機會大幅提高對於牛奶的容忍程度。後來另外一個針對雞蛋過敏的研究也發現，攝取高溫烘培過的蛋製品可以增強過敏者對於蛋的容忍。

現在該療法已經上路，醫師診斷認可後，病人可依指示在家烘培糕點，再到診所檢查過敏反應，視情況調整。不過她強調，食物的療法一定要請醫師診斷，依照指示攝取，不能過量，更不能千萬不能自己隨意亂吃，否則可能引起生命危險等嚴重後果。

醫界已發展出一種以「食物治療食物過敏」的新療法，是過敏者的福音。不過醫師徐安琳提醒，病患千萬不能自行亂吃，必須依醫師指示攝取，否則可能有生命危險。（圖：徐安琳提供）

**請問醫生**  
Ask The Doctor

W 世界日報 World Journal El Camino Hospital THE HOSPITAL OF SUCCESSION VALLEY

合作推出