

認識過敏原

文／陳茂源（台大醫院過敏免疫科主治醫師）

過敏一詞廣義的指身體之免疫球蛋白或淋巴細胞在碰到過敏原時，反應過度，產生病變。免疫系統很像教育學習過程，第一次碰到過敏原時，先認識了解，然後決定如何應對，並將應對方式記憶下來，再次碰到過敏原時就會迅速反應，若反應後果反而造成自身的傷害即是過敏。免疫系統很有個性，對同一過敏原，有的人決定反應，有的人卻置之不理。而且免疫系統在不斷的接觸新抗原後會受影響稍做調整，就像一個人在不斷遭受挫折後會調整其個性一樣。因此常有苦於「吃這個也癢，吃那個也癢」的慢性蕁麻疹患者，找不出過敏原，到處尋找所謂名醫。病患若問題多到醫師窮於應付時，往往以免疫系統有問題回應，於是門診就會碰到病人一坐下來就要求檢驗免疫系統，並補上一句「以前不會，怎麼現在跑出來了呢？」。解釋起來很辛苦，要讓病人了解過敏疾病之免疫機轉是正常之免疫功能裏的其中一種，只是結果反而造成症狀。以前不會過敏，是因為沒有接觸過敏原或現在的免疫系統改變了。

過敏疾病的治療常用類固醇或抗組織胺，均有或多或少之副作用，此若能避免接觸過敏原，實為釜底抽薪之計。過敏原依據其進入人體之途徑可分為吸入性，吃進來的，皮膚接觸到的以及注射進來的過敏原。

吸入性過敏原

從呼吸道進來的過敏原可以造成過敏性鼻炎、氣喘等疾病，空氣中常見之過敏原包括植物的花粉、黴菌、動物的毛髮、皮屑、排泄物等，例如季節性的過敏有可能是開花時期的花粉過敏，由於各地區生長之植物不同，在遷移居處時，就有可能暴露在不同源自植物之過敏原下，第一次接觸後若產生過敏抗體，再次接觸時就出現過敏症狀。在台灣幼童過敏氣喘最常見的過敏原是家塵裏的塵蟎，此種節肢動物需用放大鏡才看得到，常在寢具、吸塵器收集到的灰塵裏找到，因此整年均有可能接觸到，避免的方法只有勤於日曬枕頭棉被，維持家中一塵不染。此外，蟑螂之排

泄物也是重要的家塵中過敏原，這在老舊房舍裏是個問題。

在民國38年有上百萬的人口自大陸遷移來台，我們過敏科的前輩當時發現有不少剛來台的人士產生呼吸道過敏，追究原因後認為是在台灣濕熱環境下較易生長黴菌，並由皮膚過敏原測試證實。可見空氣中有各式各樣的空浮過敏原，而且隨氣候不同，動植物種類不同而有差異。真是防不勝防。

呼吸道過敏也可能是一種職業病，這種只在上班時發生在下班後即消失的過敏可以經由吸入化學藥品、酵素等導致，例如植物製品加工廠，製造過程產生細小顆粒之空氣塵可以是過敏原。此類過敏需與非過敏性之刺激物區別，例如二氧化硫、汽車廢氣、霧化之香水等，它們會直接刺激過敏細胞，釋出中介質，產生過敏症狀，而非像前述過敏原一樣，需先產生過敏抗體，之後才產生症狀。

食物過敏

食物過敏是最常受到誤解與誤診的。食物過敏的症狀已被證實的有腸胃道症狀，如嘔吐、腹瀉、肚子痛等，皮膚症狀如蕁麻疹、血管性水腫、異位性皮膚炎等，以及呼吸道症狀如過敏性鼻炎、氣喘等。較罕見的亦可引起過敏性休克、腸胃道過敏，診斷上需排除病毒性腸胃炎、食物中的腸毒素、乳糖代謝的問題等等，因此常常錯過診斷。

較容易讓人疑心食物過敏者是皮膚過敏，但很多人有先入為主的觀念，只要提到食物過敏，就先想到魚蝦類，這在慢性蕁麻疹的患者常碰到，很多人從此將海鮮列為拒絕往來戶，但即使是這樣，仍照舊發作。事實上對某一種食物過敏，只要一陣子不再接觸，症狀即會消失，再度接觸則症狀再現，因此可以用此法來診斷。

尋找過敏原有時相當困難，因為每種食物料理過程中可能有多種添加物，例如紅燒豬肉，這道菜裏可能有醬油、香料、米酒，甚至豬肉內可以殘存有養豬戶餵豬的磺胺藥物，因此可能的過敏原就有不少。若沒

有特殊的懷疑對象，就只能先限定幾種簡單且無添加物的食物天天吃，若症狀能改善，再每次增加一種食物，讓選擇性逐漸多樣化。

接觸性過敏

日常生活裏接觸性皮膚炎的例子相當多，最簡單的情形連病患都能自行診斷為過敏。在台灣很多人筋骨酸痛喜歡貼藥膏布，兩天後一塊四四方方的紅斑就跑出來了。又如隔壁張小姐高高興興的擦上男友送的眼影膏，幾天後紅腫著一雙眼皮到皮膚科報到。至於戴戒指、手環的地方，與清潔劑接觸過的手，染過髮的頭皮等處均是常見接觸性過敏的地方。接觸性皮膚炎的特點為通常在接觸後 12 至 48 小時才發作，過敏原可以是無機性小分子，例如鎳合金，與蛋白質結合後形成過敏原，經吞噬細胞處理，將其傳遞給已敏感化的 T 淋巴球，使淋巴球活化，進行發炎反應。要證實過敏原，可以將懷疑的過敏原塗在膠布上，貼於皮膚，過 48 至 72 小時檢視是否有皮膚過敏。

接觸性過敏是常見的職業病，舉凡化學藥品製造業、染料廠、皮革廠、美容美髮業等均可能接觸過敏原，即使是醫療人員亦有此一困擾，例如有人對酒精過敏，有人對刷手用消毒水過敏，更慘的是對無菌手套過敏，幾乎無法進行相關治療工作。不過有部分皮膚炎是清潔液內的刺激成分造成，並非敏感，必須分辨清楚。

過敏性休克

過敏性休克是對過敏原的全身均有激烈的反應，其致命的原因為支氣管收縮，喉頭包括聲帶水腫、無法呼吸，且因心臟心搏過速，造成血壓過低；呼吸及血液循環的雙重影響下，最後心跳停止。會引起休克的過敏原包括抗生素、賀爾蒙、血清抗體、疫苗、滅過敏用過敏原、蜜蜂螞蟻咬、食物等。大部分此類過敏原為注射進來的，其發生率均不高，但因後果嚴重，卻廣為人知。有些一針斃命者，造成醫療糾紛即是此一緣故。例如盤尼西林過敏性休克，發生率為十萬分之二，卻造成國內除大型醫院外無人敢用，因為即使做皮膚敏感試驗正常者，亦無法保證不發生過敏性休克，而且倒楣的話，在進行皮膚試驗時就會發生過敏性休克，屆時被法官引用消費者保護法，來個無過失賠償豈不冤枉。

蚊子叮咬發生過敏性休克的機率極低，較常見的過

敏為皮膚紅腫數天才退，厲害者且出現潰瘍。幸好對蚊子唾液過敏者不多，大部份只有受其刺激，產生一、二個小時的癢疹而已，但若是嚴重過敏者只好將自己包個密不透風，在大熱天的台灣實在是難過。

藥物過敏

西藥為人工合成之化學藥物，吸收後與體內蛋白質結合，即成為過敏原之候選人。中藥粹取自各種藥材，裏面含有西藥的有效成分，例如水楊酸，自然也有可能過敏。藥物治療目的為改善症狀，但若反而產生新症狀，甚至有生命危害，當然是大家希望避免的，但是過敏的本質即不確定，沒有使用前無法預測。有些個性緊張者會要求用藥前做皮膚過敏原試驗。殊不知第一次接觸過敏原是不會有反應的，等到過敏抗體或淋巴球成熟後，才產生症狀。例如病人因細菌感染住院，使用抗生素治療後燒退了，治療第十天突然又高燒，把抗生素停掉後，發燒自動消退。此種藥物熱在院內並非罕見，是過敏反應從接觸到出現症狀之間有潛伏期的典型例子。

藥物過敏反應最常見者為皮膚敏感，大部分停藥後自動痊癒，無任何後遺症，但亦有少數嚴重者導致全身皮膚及黏膜潰爛，有生命危險。藥物有可能造成各種器官的過敏症狀，例如氣喘、溶血性貧血、顆粒白血球缺乏、毒性肝炎、間質性腎炎等等。會引起這些過敏的西藥很多，在各種藥物說明內均會提到會有何種過敏以及發生的機率，診斷並不困難。較難診斷的是服用來路不明的中藥，產生肝衰竭或腎衰竭，即使是已知成分之中藥，在歐洲也有產生間質性腎炎之報告。國人有愛吃藥，愛打針以及中藥無副作用的偏見，殊不知所有的藥物若過量均是毒藥，又有無法預料之藥物過敏，何苦自己當神農氏。

結語

目前坊間充斥各種營養食品，號稱美容養顏，促進免疫力。事實上我們每天呼吸進來的，皮膚碰觸的，吃進來的，均有潛在的過敏原，越單純越少刺激。如此觀之，何必為了一個不知是否有成效的目的，花錢去找麻煩呢。Ω