

智敏緣

AllergyHK News



www.allergyhk.org

電話 Phone: (852) 5687 9433

傳真 Fax: (852) 3020 6977

電郵 E-mail: contact@allergyhk.org

www.facebook.com/allergyhk

郵寄地址: 香港郵政總局郵政信箱第5321號 | Postal Address: The Hong Kong Allergy Association, G.P.O Box 5321, HONG KONG

過敏測試的是 與非



IgG測試對於測試食物過敏及食物不耐沒有臨床意義，無法驗證，缺乏足夠的質量控制，不應進行。

不必要地排除食物會導致嚴重的營養不良，不適當地

進食食物亦可能會引起嚴重的不良反應和甚至死亡。


認可的過敏測試有點刺測試或指定IgE血液測試。但要找出致敏要靠病歷加醫生問診，而測試報告只是輔助。

詳情請看香港過敏科學會撰寫的IgG測試對診斷食物過敏及不耐的研究報告 www.allergyhk.org/?p=1023



點刺測試


 我的朋友介掉IgG測試陽性食物，過敏的確得到好轉！

 有些人戒掉那些IgG測試呈陽性食物然後得到好轉，很有可能碰巧IgG呈陽性的食物真的其他的致敏原（因為IgG測試呈陽性的食物可以非常多，所以中的機會率也較高）。


因為IgG的測試結果和過敏（不論是即時還是延遲）是沒有關係的，所以IgG測試呈陰性的食物可以有你不過敏的食物；呈陽性食物亦可以有你過敏和不過敏的食物。所以接受IgG過敏測試可以導致：


1. 患者再吃真正過敏的食物，導致過敏反應。
2. 不必要地避開他不過敏的食物。


 用IgE測試檢驗即時過敏，但延遲過敏便要用IgG測試？

 要診斷延遲過敏反應或食物不耐，只可以使用排除法加再度挑戰，即一段時間不接觸該物質（約6星期以上）再接觸該物質（約2星期）然後看有沒有反應。要診斷接觸性濕疹，會使用斑貼測試。

 那麼我自己找IgE測試做便可以找到致敏原吧？

 得到認可的過敏血液測試只有IgE測試，但即使IgE測試也可以有頗高的假陽性情況（即真正不過敏的物質，報告卻顯示陽性）。現在有些IgE測試的技術有所提高，如果測試包含分子測試（molecular testing）是會提高準確度。建議要醫生利用你的過敏史去分析報告才可以知道你的致敏原，IgE測試不是幫病人找出致敏原，而是協助醫生為你找出致敏原。

 報告顯示我對某種致敏原的IgE指數很高，即代表該致敏原讓我的過敏特別嚴重？

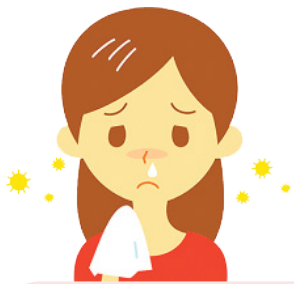
 現時未有證據顯示IgE指數和過敏的嚴重程度有關連，極期量只是顯示你可能對改物質會有過敏反應。再強調：要找出致敏原要靠病歷加醫生問診。

香港過敏協會

G.P.O Box 5321, HONG KONG

執委與顧問

主席 林紅女士	顧問 何學工醫生 呂愛平教授 李君宇醫生 李素輪醫生 李敏儀博士 李德康醫生 李曦醫生 周榮昌醫生 梁廷勳教授 Prof. Christopher Chang-USA Dr. Allen Liang-New Zealand Dr. Carina Venter, PhD-UK Dr. Alson WM Chan Prof. Tiwari Fung Yi, Agnes	陳永佳先生 黃文熙先生 黃永堅教授 黃懿行醫生 楊志強醫生 葉柏強醫生 鄔揚源醫生 劉宇隆教授 藍章翔醫生 譚一翔醫生
副主席 吳碧儀護士長		
文書 布詠雪女士		
司庫 賴佩玲女士		
委員 林蕙芬醫生 何玉珠女士 潘寶華女士 莊俊賢醫生 黃慶生先生 馬雪麗女士	榮譽核數司 勞永雄先生	榮譽律師 盧玉軍律師



鼻敏感藥物種類

很多致敏原是很難避開的，例如塵蟎，花粉等。所以要控制過敏病情便要使用過敏藥物。

藥物的種類有藥丸，藥水，噴劑，眼藥水等。藥物都有某程度的副作用。

抗組織胺

一種經常用作治療過敏徵狀的藥物。

當過敏人士的身體接觸到致敏原，身體會產生組織胺這物質，組織胺會令到身體產生一些過敏的症狀例如流鼻水，出疹等。抗組織胺就是用來減少這些組織胺，令到過敏症狀得到舒緩。

抗組織胺有最常見的藥丸，但也有眼水，噴鼻劑和藥水等。



抗組織胺好似舒緩以下症狀：

請注意過敏性休克是不能夠用抗組織胺舒緩的！

抗組織胺是有分第一代和第二代的。

第一代

- 打噴嚏
- 紅眼
- 流鼻水
- 蕁麻疹
- 眼痕
- 濕疹
- 流眼淚

種類：溴苯那敏、氯苯那敏、桂利嗪、賽克利嗪、賽庚定、苯海拉明、異丙嗪和苯丙烯啶。

副作用：

- 會引起昏睡，有時即使晚上服用，第二天早上仍會覺得迷迷糊糊。所以如果病人服食了第一代抗組織胺，便不要操作機械。酒精會加大鎮靜效果。
- 口，鼻，眼乾等

第二代

第二代的好處是不會令人昏昏欲睡，但孕婦和小孩通常繼續使用第一代，因為第一代歷史悠久，比較安全。



種類：西替利、地氯雷他定、非索那定和氯雷他定

副作用：口，鼻，眼乾等

有些人覺得抗組織胺的效果會減低因為他們的過敏有所改變。如果你覺得藥效減低，你可以和醫生商量專用其他種類或強度的抗組織胺。

速效抗組織胺可以隔4-6小時食一次，如果可以預知何時接觸致敏原，最好是接觸之前30分鐘服用。長效抗組織胺可以隔12-14小時食一次。

最有效的使用方法是提早服用。在病發之前服用抗組織胺的藥量比起病發後才服用少得多。

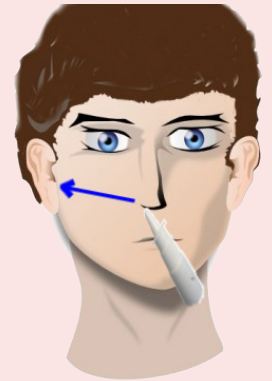
類固醇噴鼻劑

是一個減輕鼻敏感症狀的藥物。

它可以避開口服或注射類固醇的副作用。

使用時要避開噴鼻中隔（鼻的中間），最常見的副作用是流鼻血或局部感到刺激。

有些舊款的藥物會影響孩童成長，但資料暫時顯示新款沒有這問題。



要向鼻的外側噴

解充血劑

可以舒緩腫脹的鼻腔組織所產生的壓力。它不含抗組織胺所以不會有抗組織胺的副作用，但亦不能舒緩其他鼻敏感症狀。

通常病人會被處方同時使用解充血劑和抗組織胺。有些人用完解充血劑之後有失眠情況的話，可能要減少藥量。有使用開控制情緒的藥物便要先諮詢醫生意見才使用解充血劑。

解充血鼻噴劑可以在數分鐘至數小時內生效

副作用：

- 雖然不含類固醇，但不可以長時間使用解充血劑，否則會引起藥物性鼻炎或者令到鼻腔組織反彈地腫脹。

口服解充血劑不會引發藥物性鼻炎但高血壓人士要首先諮詢醫生。



鹽水噴鼻劑

可以舒緩乾涸鼻道或濃厚鼻涕。這和解充血劑和抗組織胺不同，是可以隨時有需要便可以使用。

有時醫生也會建議用鹽水和洗鼻壺等洗鼻。



入會申請表格 Membership Application (請以正楷填寫 Please write in BLOCK LETTER)

姓名 Name: _____
地址 Address: _____
電話 Phone: _____
電郵 E-mail: _____

身份 Identity: 病人 Patient 照顧者 Caregiver
 其他 Other _____

Please select if you want to receive our information in English (if available).
請選擇如您想收到英文資訊(如有)。

患哪類過敏(可多選) Types of Allergies:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 濕疹 Eczema | <input type="checkbox"/> 蕁麻疹 Urticaria |
| <input type="checkbox"/> 哮喘 Asthma | <input type="checkbox"/> 過敏性鼻炎 Rhinitis |
| <input type="checkbox"/> 藥物 Drug | <input type="checkbox"/> 眼過敏 Conjunctivitis |
| <input type="checkbox"/> 乳膠 Latex | <input type="checkbox"/> 食物 Food _____ |
| <input type="checkbox"/> 其他 Other _____ | |

會員年費 Annual Membership:

HK\$100X _____ 年 year = HK\$ _____

捐款 Donation (Donation of HK\$100 or above may be tax deductible): HK\$ _____

總共 Total: HK\$ _____

付款方法 Payment Method:

直接傳入 Direct Deposit

HSBC 戶口 Account 808-715288-001

支票抬頭寫 “香港過敏協會有限公司”

Cheque payable to

“The Hong Kong Allergy Association Limited”

請把存款收據或支票郵寄或傳真至本會，以便記錄。

Please post or fax deposit slip or cheque to us for record.

申請人及會員資料只供本會使用。根據《個人資料(私人)條例》，你有權要求查詢及更正申請表上所填報個人資料。Information collected is for the Association use only. Under the Personal Data (Privacy) Ordinance, you have a right to request access to and to request correction of your personal data.

申請人簽署 Applicant Signature _____

日期 Date _____

出外頻頻鼻敏感，原兇是路邊污染

文: 謝穎琳 – 健康空氣行動項目主任



香港的鼻敏感情況普遍，與空氣污染問題息息相關。雖然空氣污染問題過去數年稍為緩和，但大部分空氣污染物的濃度仍然遠超世界衛生組織 (World Health Organisation) 安全上限水平，對公眾健康構成重大的威脅。相信不少患者及其關心的家屬身處戶外或路邊之時，呼吸系統問題尤其容易發作，感受一定最為深切。

除了廣為人知的懸浮粒子 (Particulate matter 2.5) 外，較少人認識的污染氣體NO2 (二氧化氮) 殺傷力同樣驚人。我們日常生活的環境之中，主要受到車輛排放的NO2所影響，它不僅刺激眼睛、鼻、咽喉及呼吸道的黏膜，並會令支氣管過敏及加劇哮喘病人對致敏原的反應。長時間接觸二氧化氮，更會減弱肺部功能以及降低呼吸系統抵抗疾病的能力。



根據健康空氣行動的2017年上半年空氣質素分析，香港的西邊普遍承受較嚴重的空氣污染，例如元朗、屯門、葵青及深水埗等地，相信與舊區密集的城市環境有莫大關係，形成污染物難以消散的「街谷」效應。然而，歸根究底，頻繁的交通才是污染源頭，而西邊的幹道基建密集，鑽進市區內與住宅大廈並排而建，隨著未來多條主要幹道建成、貫穿整個香港西邊，路邊污染的情況一定更加難以控制。

躲在家內避開空氣污染，亦不是有效的解決方法。治根之道，還要是從交通管理入手，減低行車需求和廢氣排



放。2015年在旺角、銅鑼灣和中環推行的低排放「街」，整個範圍只有一條街的距離，只限專營巴士必須符合歐盟四期以上排放水平，但卻不限其餘車輛種類；20年前早就討論並研究的電子道路收費計劃，亦一直聞樓梯響，多年來未能真正落實「污者自付」的理念，令市民健康大受損害。

對於空氣污染，我們的身體反應非常誠實，常常會感到不適；當中不幸飽受呼吸道敏感問題的病友，尤其感到無力，不斷嘗試壓抑自己的身體狀況，來適應惡劣的都市環境。要消弭這種無力感，政府積極的政策介入至為重要，我們期望新一屆政府能統領環境局、食物及衛生局及運輸及房屋局通力合作，努力從交通管理方向改善路邊污染問題，真正保障我們的公眾健康。

(了解更多，可瀏覽hongkongcan.org)

最新小冊子:



小兒濕疹與益生菌

www.allergyhk.org/?p=1016



鼻敏感藥物種類

<http://www.allergyhk.org/?p=951>

香港公共醫院過敏專科服務供不應求
嚴重過敏成人患者求診無門
新聞稿

<http://www.allergyhk.org/?p=1097>

IgG測試對診斷食物過敏及不耐的研究報告
— 香港過敏科學會
(中文翻譯)

<http://www.allergyhk.org/?p=1023>

未來活動

上網報名: www.allergyhk.org

電郵報名: contact@allergyhk.org

電話報名: 56879433

whatsapp報名: 56879433

風癩(蕁麻疹) 治療與診斷 免費Q&A健康講座



主講嘉賓: 陳偉明醫生
養和醫院過敏病科中心
兒童免疫及傳染病科專科醫生

- 甚麼是蕁麻疹?
- 急性和慢性蕁麻疹的分別?
- 自發性和誘發性蕁麻疹的分別?
- 引起蕁麻疹的原因?
- 治療輕度/嚴重蕁麻疹的方法?
- 可以斷尾嗎?

贊助機構



日期: 2018年1月12日

時間: 晚上7:30

地點: 尖沙咀東部科學館道二號
香港科學館演講廳

食物及藥物過敏 治療與診斷 免費Q&A健康講座



主講嘉賓: 鄔揚源醫生
免疫及過敏病科專科醫生

- 甚麼是食物/藥物過敏?
- 食物/藥物過敏的成因?
- 常見的致敏藥物有哪種?
- 如何診斷食物/藥物過敏?
- 食物/藥物過敏的症狀有哪些?
- 治療過敏的方法?

日期: 2018年2月1日

時間: 晚上7:30

地點: 香港灣仔駱克道3號
小童群益會501室

贊助機構



全民關注過敏症 籌款晚宴邀請函

2017年11月22日

尖東陶源酒家
尖沙咀加連威老道98號東海商業中心地庫一樓

晚上6:30恭候, 7:00 入席

餐券為港幣\$800一位。

購券者, 除餐券外, 每張會獲發港幣\$450之捐款收據。

R.S.V.P.

敬請2017年11月15日前聯絡Elaine Chan
電話5687 9433 電郵 contact@allergyhk.org
座位有限, 只能先到先得, 欲免向隅, 請盡早回覆。

鑽石贊助: Diamond Sponsor:



銀贊助: Silver Sponsor:



我們誠邀閣下參與本會於11月22日在尖東陶源酒家舉行的籌款晚宴, 希望各位可以購買門券, 鼎力支持!

過敏症在香港非常普遍, 唯香港對此病的關注、教育和支援非常缺乏。本會成立於2008年, 致力為患者、照顧者, 尤其是基層人士提供最準確的過敏資訊和援助, 希望他們可以有更好的生活質素。

我們定期舉辦講座、分享小組、過敏人士興趣班、學校過敏教育、過敏教育展



覽等, 從而增加公眾對過敏病的認識並減少對過敏病人的誤解和歧視。

另外, 2017年5月本會的過敏教育中心正式成立, 中心會用作病人資源中心、過敏教育活動場地, 讓病人可以取閱及詢問過敏資訊。想了解更多關於香港過敏協會可瀏覽 www.allergyhk.org

香港過敏協會的資源有限, 為了持續服務, 希望得到各界善長的支持。當晚除了有熱心的善長和醫務人員參加, 還有精彩表演環節, 包括無伴奏合唱、長笛演奏、拍賣和問答比賽等, 能在做公益的同時, 享受一個愉快的晚上。

餐券為港幣\$800一位。購券者, 除餐券外, 每張會獲發港幣\$450之捐款收據。整

個活動之一切收益除去所有開支, 全數撥捐本會作慈善用途, 希望各位可以購買門券, 鼎力支持。

你的參與將能讓本港過敏病人得到支援和幫助。我們謹代表受患者向閣下致十二萬分謝意。如有任何查詢及了解本會的運作宗旨, 請致電 5687 9433或 電郵至 contact@allergyhk.org 與本會聯絡人陳依嫻小姐聯絡。

今年因場地關係及贊助商踴躍支持, 座位有限, 先到先得, 欲免向隅, 請盡早行動, 早日回覆。

如未能出席但想捐款支持我們, 可以用以下途徑:

請將捐款入數到匯豐銀行戶口 (808-715288-001), 然後將入數紙連同你的名字, 地址寄往本會 (本會郵寄地址: 香港郵政信箱5321)。我們會將收據寄回給你。

懇請支持香港過敏協會慈善活動: 多多益善, 少少無拘。如蒙捐輸, 不勝感幸。

祝 生活愉快!