

香港過敏協會通訊 2019年6月 ISSUE 26 (非賣品)

www.allergyhk.org

 (852) 2770 5000

 (852) 5687 9433

 allergy_hk

 (852) 3020 6977

 fb.com/allergyhk

 contact@allergyhk.org

香港過敏協會 執委與顧問

主席
林 紅女士

文書
布詠雪女士

委員

李 曜醫生
林蕙芬醫生
馬雪麗女士
黃慶生先生
潘寶華女士
蔡宇程醫生

顧問

何學工醫生
周榮昌醫生
呂愛平教授
梁廷勳教授
李君宇醫生
莊俊賢醫生
李素輪醫生
陳永佳先生
陳勁芝女士

李德康醫生
陳偉明醫生
黃文熙先生
黃永堅教授
黃懿行醫生
楊志強醫生
藍章翔醫生
葉柏強醫生

鄒揚源醫生
劉宇隆教授
賴佩玲女士
韓錦倫教授
藍章翔醫生
羅鳳儀教授

譚一翔醫生
Prof. Christopher Chang
Dr. Allen Liang
Dr. Carina Venter

榮譽核數司
勞永雄先生
榮譽律師
盧玉軍律師

副主席

吳碧儀女士

司庫

何玉珠女士

過敏測試，你知道嗎？

2019年3月11日 | 梁廷勳教授



過敏測試不論是驗血或皮膚測試是檢測一個指標或過敏傾向，最常見是測試經免疫系統產生的免疫球蛋白 E，而過敏症則是由免疫系統產生的身體不正常反應。如果在測試中出現陽性反應，但完全不出現病症，這只是一個過敏傾向，而不是過敏症。事實上，有些患者於測試中顯示對某些致敏原的指數偏高，但他進食所有食物也沒有出現過敏反應。



過敏症是由免疫系統產生的身體不正常反應。過敏測試的種類包括：

皮膚點刺測試、血液測試、斑貼測試和激發測試。

很多患者擔心因進食某些食物而導致延遲過敏反應，如濕疹等，處理該類型過敏反應最常見的方法就是戒口，西醫也支持戒口，但需有根據地戒口，例如根據病歷或過敏測試結果，而非盲目戒口。如患者發現某食物可能是導致延遲過敏反應的成因，可先暫停食用該食物約兩星期，過一段時間後，皮膚出現好轉，再重新食用少量，並觀察有否再出現過敏反應。

錯誤地處理過敏反應和判斷致敏原可能導致患者營養不良，影響日常生活及花費大量時間和金錢。因此，選用正確過敏測試，並經醫生正確判定致敏成因是非常重要的。

血液測試

血液測試則是檢測血液中的特異免疫球蛋白 E (IgE) 的抗體，而新型的測試更可細分致敏原的不同成分作檢驗。由於血液測試普遍只顯示患者的過敏傾向，需配合病歷及臨床的過敏反應才能判定患者是否對個別致敏原過敏。因此建議患者應按醫生指示，測試高風險的致敏原，而非作大量致敏原篩查。市面部份化驗所會提供 IgG 測試，只要經常接觸或進食該致敏原，其 IgG 指數便會上升，與過敏無關，因此不建議患者選用 IgG 測試。



激發測試

激發測試多是供測試與臨床病症有差異的懷疑食物或藥物過敏患者使用，讓患者直接接觸該致敏原而觀察其反應，由於激發性測試會引發嚴重過敏反應，因此必須於醫護人員監督下進行。



皮膚點刺測試

皮膚點刺測試是把少量致敏原刺進皮膚內，透過致敏原與皮膚接觸，觀察皮膚上的即時反應，判定患者有否對此致敏原過敏。基於點刺測試有機會引發過激反應，測試應於合適的醫務所中進行。

斑貼測試

皮膚斑貼測試主要測試慢性的皮膚反應，醫生會於患者背部貼上測試貼紙，經過48至72小時後觀察皮膚上的反應。部份沐浴露、化妝品等可經過往接觸的經驗來判定，反而會比測試更準確。



過去活動



2019年3月2日

「攜手賀新春 2019」自助組織團拜

本會代表於3月初出席了自助組織團拜，與其他自助組織和當天嘉賓彼此認識，互相交流。



2019年3月11日

過敏測試，你知道嗎？講座

講者梁廷勳教授為參與者詳盡地講解過敏測試的種類和各類過敏測試的差異。



2019年4月14日

亞洲食物過敏與過敏性休克聯盟研討會

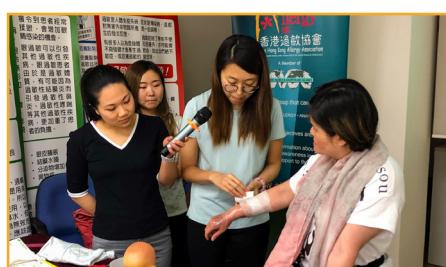
本會主席和副主席出席於東京舉辦的研討會，與亞洲各國代表互相分享。



2019年3月13日

匡智翠林晨崗學校講座

本會主席林紅女士向匡智翠林晨崗學校的家長和老師講解濕疹和鼻敏感的小知識。



2019年4月27日

濕疹護理與濕包教學工作坊

藥劑師和兩位護士深入講解濕疹的日常護理和用藥，參與者亦很積極發問和回應。



2019年5月6日

英佐治五世學校講座

本會顧問何學工醫生向學校老師及職員講解過敏性休克的處理，並示範正確地使用過敏急救筆。



2019年5月9日

明愛樂群學校講座

本會執委李曦醫生為學校的家長和老師仔細講解濕疹的知識，並糾正他們對治理濕疹的誤解。



2019年5月20日

食物過敏與營養均衡講座

本會顧問陳勁芝女士詳盡講解食物過敏的斷診和患者飲食上需注意的要點。



2019年5月21日

香港電台《精靈一點》

本會執委成員出席電台直播節目，向大眾講解食物過敏，提升大眾對食物過敏物的關注。



2019年3月9日

濕疹患者及照顧者互助小組

濕疹患者和照顧者投入活動，互相分享和學習濕疹的小知識和貼士。



2019年3月30日

食物過敏患者及照顧者互助小組

參與者積極分享和討論食物過敏患者及照顧者遇上的困難和注意事項。



2019年4月28日

世界關懷哮喘日 2019

本會於香港哮喘會主辦的嘉年華中擺設攤位遊戲，讓出席人士認識空氣中的常見致敏原。



2019年5月18日

Anaphylaxis Management Train-the-trainer Workshop

講員 Ms. Jackie Simpson 向護士講述正確的過敏性休克處理及過敏急救筆的使用，讓他們可幫助並教授患者。



2019年6月1日

九龍公共圖書館講座

本會獲邀到公共圖書館分享，由黃頌智醫生擔任講員，向參加者講解濕疹及皮膚過敏的知識。

人物專訪



今期人物專訪嘉賓是譚一翔醫生，香港過敏協會於2008年成立初期，譚醫生已經是過敏協會的顧問醫生了，多年來都全力支持過敏協會。

譚醫生於求學時期已投身學生運動，1977年於香港大學畢業後，因喜歡接觸小朋友而投入兒科工作。初時於兒科工作時，譚醫生曾遇上小朋友因當時設備和專業人手不足在病房氣喘而死的個案，令他決心專注於呼吸科發展。在倫敦受訓歸來後，譚醫生於瑪麗醫院建立了香港首個兒童深切治療服務團隊，著手培訓醫生和護士，並在此服務了近十年時間，在他帶領下大大提升了本港的專科兒科深切治療服務。

離開公營醫院後，譚醫生轉以私人執業，更專注於兒童呼吸科工作。譚醫生一直堅持每個個案，也為盡力做到最好的理念，為每個患者提供最新和最有效的治療方案。譚醫生與幾位醫生更於1997年成立了香港兒童呼吸病學會，其後為兒童呼吸科於香港成立兒童專科，並為醫生提供專業訓練，至今譚醫生

譚一翔醫生

兒童呼吸科專科醫生、香港過敏協會顧問

仍是兒童呼吸科的專業委員會的主席。

隨著醫療服務的轉變，兒科當中亦發展出不同的專科，因此對醫護人員的專業知識要求也逐步提升，加上訓練非常嚴格，譚醫生認為兒童免疫及過敏科的發展會因此而受到一定的影響。隨香港過敏協會的成立，加上相關專科醫生開始組織起來，令社會大眾對過敏的關注比以往增加了不少。以前醫生處方過敏急救筆給學生會受到很大阻力，還要親自到學校向校長及老師講解，實有孤掌難鳴的感覺，近年因香港過敏協會和各有關醫生推動下，現時情況的確有所改善。

譚醫生見證著過敏科的發展，他在香港大學教學時課程內容並沒有過敏科，更幸得香港大學劉宇隆教授和中文大學梁廷勳教授等一班教授的推動和努力下，過敏科才得以不斷發展。譚醫生相信這科目於大學的發展很重要，因學術的基礎可令發展的速度加快。

譚醫生也會於7月23日以濕疹、鼻敏感及氣管敏感的關聯、預防及處理為題，於香港科學館進行講座，詳情請參閱本會訊的未來活動。



讀者文集 柯卓康 中五學生

勇敢踏出第一步，走出「舒適地帶」，我看見了一個更好的自己。

由我出生那天開始，食物過敏嚴重影響著我的日常生活。平日外出用餐，對我來說已是一件很困難的事。走出家門離開香港，去一個陌生的地方度過一段時間，更是難以想像。

2018年10月，經過嚴謹的甄選，我有機會代表香港參加一個機會難逢的「21世紀東亞青少年大交流計劃」。然而，面對如此難得的機會，竟然為了是否確定前往而舉棋不定。因為，這意味着我將要去冒那生死攸關的風險：若當地的飲食安排稍有不慎，吃了致敏的食物而導致「過敏性休克」，便會有生命危險。

最後，我和家人最終決定邁前一步，不讓食物過敏困住自己。這是時候自我突破，肩扛起照顧自己健康的責任。出發前，家長寫信通知了舉辦機構有關我的過敏狀況及注意事項。旅程中，我更加小心地看管自己的飲食，加上教育局負責人及當地飲食業者的照顧，為我在各類活動中特

別製作合適的食物。雖然也有不少日子，我只能在提供的膳食中選擇少數可吃的飲食，幸運地，我的寄宿家庭用心地為我準備餐飲，那份溫暖仍記憶猶新！

有家人、負責老師、餐飲業者、寄宿家庭等的支持與幫助，我最終可安全並愉快的完成了這趟難忘的旅程。

這個旅程的意義不只於當中所見所聞所學，更代表我挑戰了食物過敏的懼怕及限制。成長也許就是跨越這些關卡與挑戰，經歷過後，驚喜見到更好的自己。

除了食物過敏患者，相信受任何過敏症困擾的患者都可以克服限制，成為「更好的自己」。只要勇敢踏出第一步，盡力爭取及把握每個機會，盡管過敏症會帶來許多挑戰，然而，跨越挑戰後必定收穫豐碩。遇到困難或挫折，除了身邊的親朋好友理解和支持，香港過敏協會致力支援患者及照顧者，提供及教育社會大眾有關正確的過敏知識。



會
訊
徵
文



香港過敏協會一直努力建立過敏患者的社群，舉辦不同分享小組和聯誼活動，讓大家在面對過敏症的路上不再孤單。

現在我們邀請各位寫下自己面對過敏症的心得和感受，讓大家可互相學習心得之餘，也可分享自己內心感受。歡迎您也以文字向大家分享你的經歷。

手握健康空氣地圖 及早計劃出行路線 減少接觸致敏源

PRAISE-HK APP 三大功能

● 全港街道空氣污染物分佈

以人工智能運算，輕易掌握全港每條街道的空氣污染物分佈。

● 實時及 48 小時預測

隨時隨地查看實時及未來48小時空氣質素狀況，及早做好準備，遠離空氣污染物。



● 關注地點一覽無遺

儲存自己及家人常到地點，提醒摯愛採取預防措施，減少空氣污染物引起過敏或不適的機會。



查詢：2358 8064 | praise@ust.hk

PRAISE
HK

Empower the Public
with Personalised
Air Quality Information



未來活動

電話查詢 2770 5000

Whatsapp 查詢 5687 9433

網上報名 www.allergyhk.org



濕疹、鼻敏感及氣管敏感的關聯、預防及處理

主講嘉賓：譚一翔醫生（兒童呼吸科專科醫生）

- 濕疹、鼻敏感及氣管敏感的關聯
- 非患者的過敏症預防
- 患者如何減輕過敏症？
- 過敏症的診療及用藥

香港科學館演講廳
(九龍尖沙咀東部科學館道二號)

Q&A
免費健康講座

網上報名



23/7 (星期二)
7:30pm



贊助機構



食物過敏患者及照顧者支援小組 拆解食物過敏的誤解

對象：食物過敏患者或照顧者（會員優先）

油麻地上海街 394 號地下
(地鐵油麻地站 A1 出口)



網上報名



27/7 (星期六)
11am-12:30pm

贊助機構

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

濕疹の驅魔、除邪、論斷尾

主講嘉賓：韓錦倫醫生
(中文大學兒科及香港中西醫結合醫學研究所名譽臨床教授)

- 濕疹治療比食飯還更簡單
- 皮膚病、過敏病、丹藥病、還是心病？
- 心魔（斷尾、恐懼、戒口、不切實際的期望）
- 中西合璧（驅除東邪西毒的心魔）

香港中央圖書館演講廳（香港銅鑼灣高士威道 66 號）

Q&A
免費健康講座

網上報名



10/10 (星期四)
7:30pm



贊助機構

