

執委

顧問

主席 林紅女士

潘寶華女士

何學工醫生

周榮昌醫生

黃文熙先生

劉宇隆教授

林蕙芬醫生

副主席 布詠雪女士

蔡宇程醫生

呂愛平教授

梁廷勳教授

黃永堅教授

賴佩玲女士

Prof. CHANG

榮譽核數師

張子為先生

司庫 何玉珠女士

黃慶生博士

李君宇醫生

莊俊賢醫生

黃懿行醫生

韓錦倫教授

Christopher

榮譽律師

盧玉軍律師

李曦醫生

李素輪醫生

陳永佳先生

楊志強醫生

藍章翔醫生

Dr. VENITE Carina

劉海燕醫生

李敏儀博士

陳勁芝女士

葉柏強醫生

羅鳳儀教授

馬雪麗女士

李德康醫生

陳偉明醫生

鄔揚源醫生

譚一翔醫生

【過敏休克 刻不容緩】 蔡宇程醫生 瑪麗醫院榮譽兒科專科醫生

過敏性休克是一種嚴重的全身性過敏反應，它可以在接觸致敏原後的數秒至數分鐘之內發生。一般常見的過敏反應徵狀，常見包括紅腫、痕癢等等。但遇到過敏性休克的情況，徵狀會較為嚴重，例如呼吸困難、氣喘或咳嗽不止、血壓驟降導致面色蒼白、肢體無力，嚴重甚至會虛脫或失去知覺。如患者出現過敏性休克，需要即時醫療救援，包括注射腎上腺素並立即送入急症室。

在診斷的過程中，病歷永遠都是最重要的一環。了解病歷之後，醫生已大概可收窄範圍，從而估計致敏原。其後，醫生可進行過敏測試證實。曾有一名案例，11歲男童在全身麻醉時出現了過敏性休克的徵狀，包括全身出現紅疹、血壓下降以及氣管腫脹。麻醉師即時注射腎上腺素、類固醇及抗敏藥。經詳細問症及與麻醉師溝通後，進行皮膚測試，發現患者對其中一隻肌肉鬆弛劑藥物出現陽性反應。

過敏性休克可由很多成因引起，包括有食物、藥物、空氣致敏原等。如被確診為過敏性休克，患者必需要在日常生活中「避開」致敏原，並且學習如何使用腎上腺素注射器(救命針)。救命針可以幫助患者維持正常呼吸及血液循環，避免出現呼吸困難的情況，這是最即時及最有效的方法。因此，過敏性休克患者必需隨身攜帶救命針。使用救命針後，必需立即撥打999召喚救護車，說明過敏反應。有部份情況，醫生或會處方抗組織胺藥物或建議進行脫敏治療。每次覆診時，醫生基本上都會檢查患者及照顧者是否記得如何使用。

救命針的副作用一般屬輕微及短暫，包括有手震、心跳加速、出汗，通常10 - 15分鐘之後便會慢慢消失，引起心律不正的機會十分輕微。注射腎上腺素而令患者病情加劇的情況十分罕見。相反，如出現過敏性休克而又沒有及時使用救命針，入深切治療部或死亡的案例卻有很多！





「濕疹我不怕」

新冠肺炎疫情持續了一年時間，協會有很多已計劃的活動都無奈暫停及延期了！但協會並沒有停下腳步，協會新推出一本濕疹患者小冊子，破天荒以漫畫來演繹，輕鬆有趣地分享與濕疹相關的知識，例如患者常見謬誤、護理貼士、最新治療方法等，既是濕疹患者的自理天書，也是一個公眾教育的好機會，推廣最準確的濕疹資訊，讓大家與濕疹患者一起同行。協會更創作了兩個新角色，未來將會經常見到他們喔！

10歲的小朋友，被濕疹困擾多年，終於他遇到一位專科醫生，令他更認識濕疹！



協會將會透過不同的學校教育講座，將小冊子派給患者及照顧者，亦會寄到各顧問醫生的診所中，以及於各種的支援活動當中派發，希望能夠接觸到更多不同有需要的人！

敏敏醫生
過敏專科醫生，正在跟進
敢敢的個案



疫苗過敏之解說

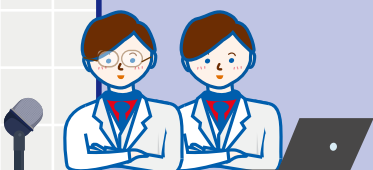


本會於去年12月曾舉辦「疫苗過敏之解說」新聞發佈會。香港過敏科醫學會主席黃永堅教授及香港過敏協會執委李曦醫生詳細解說。



黃永堅教授及李曦醫生表示，雖然「疫苗過敏」眾所周知，但卻是經常被誇大的現象。數十年的經驗表明，常規疫苗接種是安全的，而過敏反應的風險亦十分低微。早前有研究顯示，大多數被標籤懷疑有疫苗過敏的患者最後仍然可以成功接種疫苗。如果懷疑自己有疫苗過敏，可以進行正式的過敏測試以準確診斷，沒有需要引起不必要的恐懼或抗拒。

接種疫苗後發生的過敏反應，通常是由疫苗的成分或輔料類引起，而此類反應通常易於治療。輔料類過敏也越來越引起人們的關注，確實有機會引起一般藥物過敏反應及過敏性休克。香港過敏科醫學會及香港過敏協會強烈建議政府應制定法規，強制要求將所有輔料類完整列在藥品標籤中。有效的新冠病毒疫苗將在結束目前疫情中發揮重要作用，不應讓非理性的恐懼阻礙這一進程，讓社會在不久的將來回復正常。



「疫苗過敏之解說」
新聞發佈會



濕疹の心魔篇

濕疹是一種極為常見，影響生活質素以及病情經常起起伏伏的慢性毛病。香港並不缺乏優秀的中、西醫師，亦不缺乏名貴的藥物、藥材。但為何都幫不到濕疹患者，甚至有人因濕疹而尋死呢？

其實治療濕疹的方法很簡單，一般來說，絕大部份西醫都會建議患者兩件事：潤膚 加 外敷藥物，基本上便能夠解決九成濕疹患者的問題。但普遍香港人內心都存在著很多心魔謬見。

最大的心魔，是對西醫藥的極度不信任；從而引伸出的第二種心魔：對潤膚產品的迷思。我所見的患者通常有一種有趣的想法：醫生建議的產品都不好。家長第一句通常都會說「試過啦…用過啦…油立立…一陣味…冇用既」，但偏偏會試很多不知名的產品，例如馬油、椰子油、可可油等等，甚至有些我都從未聽過的產品。當你細心問症之下，會發現大部份患者潤膚都用得不當，很多時候只是自欺欺人，沒有用醫生建議的產品。

第三種心魔，就是對類固醇的極度恐懼，這種心魔連自家西醫都搬石頭砸自己的腳。類固醇是一種外用消炎藥，能夠有效減低發炎症狀，而濕疹就是一種皮膚炎症，因此用一些簡單的消炎類固醇便會十分見效。但類固醇往往都被社會大眾及傳媒「妖魔化」，部份西醫甚至建議病人「唔好用咁多呀，好多副作用架！」。自己開的處方亦自打嘴巴，讓病人未用已經「驚定先」。此外 仍有很多不同種類的心魔，若每一種心魔醫生都花十多分鐘時間解說，便需要至少一兩小時，而香港大部份的醫生及病人都沒有這樣的時間。因此，濕疹這樣簡單的一種疾病，都變成許多香港人的絕症。



香港亦有很多十分優秀的中醫，中醫藥學是一門很好的科學。但同時亦存在著很多迷思，亦即所謂偽中醫及偽中藥概念。有一些偽中醫，經常打著一些誇大名號，聲稱「有病醫病！無病保身！能醫百病！無副作用！」，所謂「神醫」經常使用這類字眼濛閉人心，是很危險的事情。

我自創了一句口號：「中西合璧，中西一定要合璧，中西唔合璧，病人就冇得益，中西如果能合璧，病人就好得益，病人就好得戚，病人就好招積」。何謂真正中西合璧呢？很多情況，病人發作時都先尋求西醫幫助，然後才見中醫調理身體。我自創了另一句口號：「先中後西冇出色，先西後中都冇出色，唔中唔西冇出色，無中無西都冇出色，一定要中西合璧先最出色，病人先至最得益，病人先至最招積」。我有一位友好的中醫師，一方面大家合作做科研，另一方面，若有家長對於西藥極之抗拒，我便會轉介，讓他去見那位中醫師。中醫師會開中藥給患者調理身體，同時提醒一句「都唔好自行停西藥」。有中醫師的支持鼓勵，西醫的藥便容易接受很多。

若你不願意除去心中的魔鬼，再好的中醫西醫亦幫不到你。

所謂的「西醫講處理，中醫論調理，病人求斷尾，中西合璧無了期，但最後心魔都必要除」。中醫及西醫一定要攜手合作，成為「驅魔人」的角色。以中國人的理念「孫子兵法」比喻 - 所謂知己知彼，百戰不殆，醫生需要知道患者被什麼心魔迷惑著，才能夠有效對付心魔，幫助我們的病人。



讀者文集

大家好，我係Michael，濕疹問題已經20年了，是屬於長期慢性濕疹。小時候只是氣管敏感，但長大後卻發展成濕疹，經歷漫長的20年，輾轉透過不少西醫、中醫、名醫及所謂神醫的治療，令我對於濕疹的認知由一無所知變成如數家珍，由最初以為濕疹只是皮膚病到現在明白其主要是一個免疫系統的過敏反應，或者說濕疹原本並不是一種病，只是對身體的警號。



Michael

很不幸，我在網上認識一位自稱能協助解決濕疹及牛皮癬的專家，在他建議下我立即停止使用類固醇，此決定令我後悔至今，正因為我身體長期使用類固醇，對類固醇已經出現依賴，即所謂類固醇上癮，突然停止使用身體會出現大問題，更導致我爆發紅皮症，全身超過70%皮膚嚴重發炎，出現紅腫、脫皮，爆裂及流濃等問題，此過程簡直生不如死，而那位專家卻表示只是排毒反應，要我繼續堅持，最終因感染要入院，幾乎性命不保。

濕疹有多痛苦，相信我不需要在此再詳述，因為我相信更多病友會比我更清楚或更痛苦，所以我會同大家分享一些心路歷程。在回想最初只是手肘或腳肘出現一些紅腫，只買些藥膏塗上，後來情況仍然沒有改善；終於便去看西醫，醫生亦只是提供一些藥膏及止痕藥給我，但問題始終存在，於是再去睇中醫，只係說我濕重，經過戒口及服食了一個月中藥後，情況仍然沒有明顯改善；最終便去睇皮膚專科醫生，亦第一次接觸口服類固醇，這才是真正惡夢的開始。

其實類固醇是一把兩面刀，如果用於處理緊急情況確實很有效，但我最初根本不知道什麼是類固醇，只知道服食後很快皮膚會變好，開始變得依賴。因為每次睇皮膚專科收費高昂，等候時間又長，慢慢我便發現其實每次都只是服食同一種藥，即是類固醇，於是便自行去配藥，最初幾年其實都控制得很好，但後來卻發現藥力慢慢不夠，只能增加服食次數及劑量才能控制到，而濕疹的擴散範圍亦愈來愈大，於是我再次睇皮膚專科，因為口服類固醇已經沒有太大功效，而且情況已經很嚴重，於是我便直接打類固醇針，只是數天時間，已經可以脫胎換骨，但效果只能維持數個月，最終又慢慢無效，而且我身體更出現使用類固醇的副作用，如月亮臉及大肚腩，令我決心戒掉使用類固醇。

- 自此之後，我面對的問題已經不單是濕疹，而是類固醇戒斷症及紅皮症，我全身皮膚經常發炎，出現紅腫、脫皮，水份嚴重流失，整個人很「乾」，嚴重影響社交及工作，最終亦嘗試了解照燈及生物製劑等方法，但發現始終都是治標不治本。
- 最後，我發現真正能夠幫助自己的方法，就是真正面對自己的問題。首先我去做過敏測試，了解身體的致敏源，不再進食一些垃圾食物，補充適當的營養素，改善作息，多做運動，身體開始慢慢改善。雖然我至今仍然未能完全解決濕疹問題，但至少已經處理類固醇戒斷症及紅皮症的問題，能夠恢復正常生活。
- 希望此篇文章能夠為各位仍在艱苦奮鬥的病友帶來鼓勵，而家人及朋友的支持更是不可或缺，大家共勉之。

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宜活動，讓大家在面對過敏症路上不再孤單。現在我們誠邀各位寫下自己面對過敏症的心得和感受，讓大家可以互相學習之餘，也可分享內心感受，歡迎你以文字向大家分享你的經歷。

LIVE



2021年2月24日

認識食物過敏 Facebook直播



由於疫情關係，協會將恆常的公開講座改為Facebook直播了！感謝李曦醫生及姜穎彤醫生的耐心講解。如有興趣可以到本會的專頁重溫。



未來活動

協會準備了一系列教育活動及工作坊，待疫情稍緩，將很快跟大家見面！

音樂治療工作坊

布袋設計工作坊

過敏教育公開講座
2021年5月



成立於2008年的過敏病人自助組織
根據<稅務條例>第88條，獲豁免繳稅的
慈善機構(IR91/10057)我們關注食物過敏、
濕疹、鼻敏感及其他過敏症

會訊製作贊助



成為會員



支持我們

