

探討兒童及成人食物過敏 嚴重恐危及生命

文／中醫大兒童醫院 過敏免疫風濕科 主治醫師 楊樹文



食物過敏是一種免疫系統對特定食物中的蛋白質產生異常反應的現象。這種反應會引發多種過敏症狀，從輕微的皮膚發紅或瘙癢，到嚴重的過敏性休克（anaphylaxis）等危及生命的情況。

無論是兒童還是成人，食物過敏的影響都可能顯著改變他們的生活品質，甚至對日常生活帶來挑戰。了解食物過敏的原因、症狀、診斷及處理方法，對於病人及其家庭來說都是至關重要的。

食物過敏的成因

食物過敏的發生與免疫系統有關。當某些食物進入人體時，免疫系統錯誤地將其視為有害物質，並激活免疫反應。這種過敏反應主要涉及免疫球蛋白E（IgE），當IgE與過敏原結合時，會引發一連串的生理變化，導致過敏症狀的產生。

食物過敏的原因通常與基因和環境因素有關。如果家族中有人患有過敏性疾病（如

氣喘、過敏性鼻炎或濕疹），那麼其他家庭成員也更容易出現食物過敏。環境因素，如早期接觸過敏原、污染物、飲食模式等，也可能影響免疫系統的發展。

兒童與成人食物過敏的區別

食物過敏在兒童和成人中都有發生，但兩者在食物過敏的表現、成因及預後方面存在一些區別。

● 兒童的食物過敏

兒童食物過敏通常是在出生後的幾年內首次出現。最常見的過敏食物包括牛奶、雞蛋、花生、堅果、大豆和小麥。許多兒童會在成長過程中逐漸對某些過敏食物產生耐受性，特別是對牛奶和雞蛋的過敏，可能隨著年齡增長而消失。然而，也有一些食物過敏會持續到成年，尤其是花生和堅果的過敏。對於小兒過敏，診斷通常通過詳細的病史、過敏測試和皮膚點刺測試來確定。

● 成人的食物過敏

成人食物過敏通常是後天發生的，並且症狀可能較為隱匿或緩慢發展。許多成人在

年輕時未曾出現過敏反應，然而隨著年齡增長，可能會對某些食物產生過敏。成人食物過敏最常見的原因包括海鮮、堅果和水果。成人食物過敏的症狀常常較為嚴重，並且需要長期的管理。

成人食物過敏的診斷方法與兒童相似，但需要注意的是，有些成人可能會出現過敏與食物引起的其他健康問題（如腸胃不適）的交叉症狀，因此診斷過程中可能需要更細緻的區分。

食物過敏的症狀

食物過敏的症狀範圍很廣，從輕微的不適感到威脅生命的過敏性休克，具體症狀包括：

- **皮膚反應**：如蕁麻疹（皮膚上出現紅色、癢的斑塊）或皮膚發紅、腫脹。
- **呼吸系統症狀**：如喉嚨腫脹、呼吸困難、喘息。
- **胃腸系統症狀**：如腹痛、腹瀉、嘔吐。
- **嚴重過敏反應（過敏性休克）**：血壓下降、昏厥、呼吸衰竭，這是一種緊急情況，需要立即使用腎上腺素進行處理。

食物過敏的診斷與治療

食物過敏的診斷通常依賴於詳細的病史、皮膚點刺測試（SPT）和血液檢測（如特異性IgE測試）。對於不確定的情況，主治醫師可能會安排口服食物挑戰（OFC）來確診。

一旦確診食物過敏，最重要的處理方法是避免過敏原。病人應學會如何辨識食物標籤，並且了解不同食物中可能含有的隱藏過

敏原。此外，醫生會根據過敏的程度和嚴重性，建議病人隨身攜帶過敏藥物，如抗組胺藥、類固醇和腎上腺素自注射器。

食物過敏：抽血驗IgG與IgE的差異

在診斷食物過敏時，抽血檢測是常見的輔助工具，通常會檢測IgE與IgG兩種抗體。這兩種抗體在食物過敏的診斷中扮演不同的角色，但它們的功能和診斷意涵有所不同。

① IgE抗體與食物過敏

IgE抗體（免疫球蛋白E）是由免疫系統在遇到過敏原（如某些食物中的蛋白質）時產生的主要抗體。當一個過敏性個體接觸到過敏原時，IgE會與過敏原結合，並觸發免疫系統釋放組織胺等化學物質，引發過敏症狀。這些症狀包括皮膚紅腫、呼吸困難、腹痛，甚至過敏性休克等危及生命的情況。

在診斷食物過敏時，測量特異性IgE對特定食物的反應非常關鍵。當食物過敏的IgE抗體濃度較高時，通常代表該個體對該食物有較強的過敏反應。因此，IgE測試通常被認為是確診食物過敏的主要方法，並且廣泛應用於臨床中。

② IgG抗體與食物過敏

IgG抗體（免疫球蛋白G）則是另一種免疫反應的產物，它通常與過敏反應無關，更多的是與慢性疾病、食物不耐受或長期暴露於某些物質相關。儘管有研究提出，IgG抗體的檢測可以幫助評估食物不耐受的情況，然而，IgG測試並不被科學界普遍認為是食物過敏的標準檢測方法。

許多食物過敏的病人會在IgG測試中對多種食物顯示陽性反應，但這不代表他們對這

些食物有過敏反應。事實上，IgG抗體通常在人體對食物的免疫耐受過程中出現，並不一定會引發過敏症狀。因此，IgG測試的結果並不一定能夠用來診斷食物過敏，而更多用於識別可能的食物不耐受或過敏反應以外的免疫反應。

③ IgE與IgG檢測的主要區別

- IgE抗體檢測是專門針對過敏原的免疫反應進行測定，對食物過敏的診斷至關重要。
- IgG抗體檢測則主要用於評估食物不耐受的情況，並不直接與過敏反應相關，且其臨床應用尚無明確共識。

因此，對於診斷食物過敏，IgE檢測是更為準確和常見的選擇，而IgG測試則不應該單獨用作過敏診斷的依據。

免疫治療

對於某些長期且嚴重的食物過敏病人，免疫治療（如口服免疫治療，OIT）是目前的治疗選擇之一。此療法旨在逐步提高病人對過敏食物的耐受性，但需要在專業醫師的指導下進行。

食物過敏的預防與管理

目前尚無確定的方法能夠預防食物過敏，但有些研究表明，早期引入潛在過敏食物（如花生）可能有助於減少兒童對食物過敏的風險。此外，母乳餵養在嬰兒期也可能對預防食物過敏起到一定作用。

對於已確診的食物過敏病人，最重要的是避免過敏原並保持緊急應對準備，如隨身攜帶腎上腺素自注射器。家庭和學校等生活場所應建立過敏管理計劃，確保病人不會遭遇過敏性休克等危險。

結語

食物過敏是一種對健康有重大影響的疾病，但通過正確的診斷、有效的治療和生活管理，病人可以控制病情，過上正常的生活。了解食物過敏的成因、症狀、診斷方法及處理方式，是每個病人及其家屬的必修課，這不僅有助於減少過敏反應的風險，也能提升生活品質。

參考文獻

1. Kallergi, M. I., et al. (2021). "IgE-mediated food allergy and the role of skin testing in diagnosis." *International Journal of Pediatric Allergy and Immunology*, 32(1), 37-45.
2. Shreffler, W. G., et al. (2020). "Mechanisms of food allergy and clinical implications." *Journal of Allergy and Clinical Immunology*, 145(2), 367-374.
3. Venter, C., et al. (2021). "The increasing prevalence of food allergies: A review of epidemiology and risk factors." *Clinical & Experimental Allergy*, 51(10), 1182-1192.
4. Sicherer, S. H., et al. (2020). "Food allergies: Epidemiology and management." *Current Opinion in Immunology*, 65, 47-52.
5. Du Toit, G., et al. (2020). "Early introduction of peanut to prevent peanut allergy." *New England Journal of Medicine*, 383(7), 599-609.
6. Chafen, J. J., et al. (2021). "Diagnosis and management of food allergies." *Journal of the American Medical Association (JAMA)*, 325(3), 216-225.