

過敏性休克知識——兒童有過敏風險的家長須知

什麼是過敏性休克，如何治療？

過敏性休克是最嚴重的過敏反應，可能會危及生命。過敏性休克通常迅速發生於一個人接觸可能已經對其過敏的食物、昆蟲或藥物之後。過敏性休克在任何時候都必須視為緊急醫療情況，必須立即使用腎上腺素治療。**腎上腺素自動注射器（EpiPen® 或Anapen®）**是為了供非醫療專業人士使用而設計的，例如父母、學校或托兒機構員工、朋友、過路人或出現過敏者本人（如果他們身體還好，年齡也不會太小）。腎上腺素自動注射器包含單次固定劑量的腎上腺素，能夠迅速發揮作用而逆轉過敏性休克。使用說明請見注射器上的標籤，也可參見ASCIA Action Plans for Anaphylaxis（《ASCIA過敏性休克行動計劃》）以及ASCIA網站：www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources

如果您的孩子被確診為有過敏性休克的風險，他們的主治醫生應提供：

- **指導如何避免已知的過敏原（引起過敏反應的物質）。**這一點對於食物過敏性休克而言尤其重要，因為極少量的食物或意外接觸就可能引起食物過敏性休克。無論在家裡還是學校、學前班或托兒機構，都應該貫徹避免接觸已知的食物和昆蟲過敏原的策略。詳細資料請見ASCIA網站：
www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/anaphylaxis-guidelines-for-schools-and-childrens-services
食物過敏：www.allergy.org.au/patients/food-allergy 昆蟲過敏：www.allergy.org.au/patients/insect-allergy-bites-and-stings
- **ASCIA Action Plan for Anaphylaxis。**該計劃概述了當孩子有過敏反應時應該做些什麼。這份計劃必須由孩子的醫生簽名，然後跟腎上腺素自動注射器放在一起，即使注射器由孩子自行攜帶也是如此。該計劃包括了個人詳細資料、過敏反應的徵兆、注射器使用說明以及是否要使用其他藥物。
詳細資料請見：www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/action-plans-for-allergic-reactions-faq
- **兩支腎上腺素自動注射器的處方。**這樣，您可以將一支注射器隨時放在孩子身邊（無論是在家裡還是在外面），另一支放在學校或托兒機構。中學和小學高年級學生通常應該自己隨身攜帶一支注射器，另一支應該留在學校。這兩支注射器在澳大利亞可以享受“藥物福利計劃”（PBS）補貼，額外的注射器可以按全價從藥房購買。詳情請見：www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/adrenaline-autoinjectors-faqs
- **指導如何使用腎上腺素自動注射器。**醫生會給您的孩子處方一隻訓練用的腎上腺素自動注射器，建議您定期進行練習。訓練用的注射器沒有針頭，也不含腎上腺素，所以可以用來反復練習，也可以用來指導家人和朋友使用。
- **急救資料首飾（medical identification jewellery）上面的資料。**這是備選的，不能取代ASCIA的過敏性休克行動計劃。

家長的作用是什麼？

- **將下列情況通知學校校長、學前班或托兒機構的主管：**醫生給您的孩子開了腎上腺素自動注射器的處方；有以往或隨後發作的過敏性休克；過敏情況有任何變化；有任何可能會影響對過敏性休克管理的其他保健需要或殘疾（包括學習困難）。
- **提供ASCIA過敏性休克行動計劃，該計劃應由孩子的主治醫生填寫並簽名。**當腎上腺素自動注射器的處方更新（通常每12-18個月），或者過敏情況發生變化，該計劃（包括照片）也應該更新。這些計劃是醫療文檔，不得由家長、學校工作人員或托兒機構人員填寫或更改。
- **向孩子的學校、學前班或托兒機構提供一支腎上腺素自動注射器。**一定要注意標籤上的日期，在過期前應該更換。即使孩子自己隨身帶著腎上腺素自動注射器，您也應該向學校提供另一支腎上腺素自動注射器。這是必須的，以免在需要的時候您的孩子卻沒有隨身帶著注射器。
- **協助制訂個人保健計劃或風險最小化計劃。**這是由學校、學前班或托兒機構的人員制定的計劃，目的是說明滿足孩子的保健護理需要。
- **適合孩子年齡的教育。**教育孩子如何避免已知過敏原，讓孩子知道其重要性。提醒孩子一旦覺得不舒服，應該立即告訴身邊的人，比如老師或其他成年人。一定要讓他們確信這樣做是對的，不要害怕這樣做會惹麻煩。

孩子的學校、學前班或托兒機構的責任是什麼？

- **訓練員工，讓員工留意、管理、識別和應急處理過敏性休克。**
- **實施相關的策略，**盡可能減少意外接觸（包括在短途旅行等特別活動中接觸）已知過敏原的風險。
- **妥善存放腎上腺素自動注射器，**跟ASCIA過敏性休克行動計劃放在一起，放在容易拿到的地方，而且要避熱、避開陽光直射。工作人員還需要知道學生隨身攜帶的注射器放在哪個預先約定的地方（口袋、腰包、書包等）。

補充資料

- **Australasian Society of Clinical Immunology and Allergy (ASCIA)** www.allergy.org.au
專業的醫學機構，提供電子培訓、醫學專業資源、面向患者和消費者的各種資料，並提供NSW Department of Education and Communities過敏性休克相關資料的連結。
www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/anaphylaxis-guidelines-for-schools-and-childrens-services
- **Allergy & Anaphylaxis Australia** www.allergyfacts.org.au
全國患者支持機構，提供關於過敏與過敏性休克的建議和資源。
- **Food Standards Australia and New Zealand (FSANZ)** www.foodstandards.org.au
提供食品標籤法規以及食品標籤上的過敏原的相關資料。