

## Anaphylaxis (過敏性休克)

過敏性休克是有可能致命的嚴重過敏反應，須視作急症治理。過敏性休克的起因，是患者接觸到引起他們產生過敏反應的過敏原(通常是食物、昆蟲或藥物)。並非所有有過敏體質的人都會有出現過敏性休克的風險。

### 認識過敏性休克的體徵和症狀是很重要的

過敏性休克的症狀有致命的可能，以下任何一項均屬過敏性休克的症狀：

- 呼吸困難/呼吸聲大
- 舌頭腫脹
- 喉嚨腫脹/收緊
- 說話困難及/或聲音嘶啞
- 哮鳴或持續咳嗽
- 持續眩暈及/或暈倒
- 幼兒蒼白和癱軟無力

有些時候，過敏性休克發作前會出現危險性較低的過敏反應，例如：

- 臉、唇及/或眼部腫脹
- 蕁麻疹或條痕
- 腹痛、嘔吐 (屬昆蟲過敏體徵)

有幾個因素會影響過敏反應的嚴重性，包括運動、熱度、酒精，食物過敏則會受進食的份量和烹調方法影響。

### 找出引起過敏性休克的原因是重點

你的醫生通常會詢問一系列的問題，希望可以縮小可能病因的範圍，例如當天吃過甚麼食物或藥物，或者接觸過甚麼昆蟲。這個方法也可以幫助排除有可能和過敏性休克混淆的病況，例如昏厥和癲癇發作。如果懷疑過敏，可能會進行過敏測試，通常是驗血測試過敏原特異型免疫球蛋白 E (舊稱 RAST 測試)，或皮下過敏原測試 (skin prick testing)，以助確定或排除潛在誘因。

關於過敏測試的資訊可瀏覽 ASCIA 網站：

[www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/allergy-testing](http://www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/allergy-testing)

必須注意，有些聲稱可以測試過敏的方法並沒有經醫學或科學證實能確認過敏，包括細胞毒性食品測試 (cytotoxic food testing)、維加測試 (Vega testing)、運動機能學 (kinesiology)、過敏清除法 (allergy elimination techniques)、虹膜學 (iridology)、脈衝測試 (pulse testing)、阿爾卡測試 (Alcat testing)、凌科爾皮內測試 (Rinkel's intradermal testing)、反射療法 (reflexology)、頭髮分析、免疫球蛋白 G 食物過敏測試等。關於這些測試的資訊可瀏覽 ASCIA 網站：

[www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/unorthodox-testing-and-treatment](http://www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/unorthodox-testing-and-treatment)

### 有效控制過敏性休克可挽救性命

如果你有出現過敏性休克的風險，你需要持續接受醫生治療，控制病情。這包括：

- 轉介到臨床免疫學/過敏專科醫生\*
- 確定過敏性休克的誘因 – 這需要完整的病歷，全面的臨床檢驗，加上過敏測試結果的解讀。

**免責聲明：**ASCIA 的資訊經由 ASCIA 的會員評審，與評審當時已出版文獻一脈相承。本文件的意旨並非為取代專業醫療意見，任何關於醫療診斷或治療的問題均應向醫生提出。 © ASCIA 2015

- **如何避開誘因的教育** – 這對於嚴重食物過敏尤為重要，因為避開導致過敏的食物就是預防食物過敏的唯一方法。可能需要參考有相關經驗的過敏營養師的意見。
- **訂立一份 ASCIA 過敏性休克行動計劃\*\*** - ASCIA 行動計劃為何時和如何使用腎上腺素自動注射器提供指引。
- **定期到臨床免疫學/過敏專科醫生處複診。**

\* 臨床免疫學和過敏專科醫生的名單刊載於 ASCIA 網站：

[www.allergy.org.au/patients/allergy-and-clinical-immunology-services/how-to-locate-a-specialist](http://www.allergy.org.au/patients/allergy-and-clinical-immunology-services/how-to-locate-a-specialist)

\*\* ASCIA 行動計劃必須由醫生填寫，並與腎上腺素自動注射器一同存放。ASCIA 過敏性休克行動計劃可在 ASCIA 網站找到：

[www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/ascia-action-plan-for-anaphylaxis](http://www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/ascia-action-plan-for-anaphylaxis)

### 腎上腺素是治療過敏性休克的第一線藥物

腎上腺素能快速扭轉過敏性休克的影響，是治療過敏性休克的第一線藥物。腎上腺素自動注射器 (例如 EpiPen) 裝有單一次使用劑量的腎上腺素，為方便非醫護人員操作而設，例如朋友、老師、托兒所人員、父母、路人，或者患者自己 – 如果患者情況不是太差，可以自行注射。

處方腎上腺素自動注射器只應視為過敏性休克整體治理計劃的一部份；一份完整的治理計劃應包括 ASCIA 過敏性休克行動計劃，以及如何減少過敏反應的風險的教育。如果你或你的孩子獲醫生處方腎上腺素自動注射器，請務必學習如何使用，並使用注射器模型練習，每 3-4 個月一次。

### 其他資訊

關於過敏性休克的資源，包括 ASCIA 行動計劃、常見問題、ASCIA 旅遊計劃、腎上腺素自動注射器資訊、培訓資源和指引，請瀏覽 ASCIA 網站：

[www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources](http://www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources)

自己或家人出現過敏性休克，有些時候確實是不容易應付的。過敏性休克支持團體提供實用和有幫助的資訊，這些資訊來自其他有相同經歷的人士。過敏性休克患者支持組織有：

- Allergy & Anaphylaxis Australia (澳洲過敏及過敏性休克協會) - [www.allergyfacts.org.au](http://www.allergyfacts.org.au)
- Allergy New Zealand (新西蘭過敏協會) - [www.allergy.org.nz](http://www.allergy.org.nz)

© ASCIA 2015

The Australasian Society of Clinical Immunology and Allergy (澳大拉西亞臨床免疫學及過敏學會，簡稱 ASCIA) 是澳洲和新西蘭臨床免疫學和過敏專科醫生的統領專業組織。

網站：[www.allergy.org.au](http://www.allergy.org.au)

電郵：[projects@allergy.org.au](mailto:projects@allergy.org.au)

郵政地址：PO Box 450 Balgowlah, NSW Australia 2093

### 免責聲明

本文件由 ASCIA 會員編製及評審，以專家意見和評審當時已出版的文獻為基礎。本文件的意旨並非為取代專業醫療意見，任何關於醫療診斷或治療的問題均應向醫生提出。

本文件的編製並非由任何商業資源資助，並且不受任何商業組織影響。

內容最後更新日期 2015 年 6 月