



北京儿童医院
BEIJING CHILDREN'S HOSPITAL

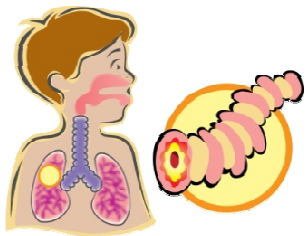
2014年度过敏宝宝科普教育课堂

第一讲

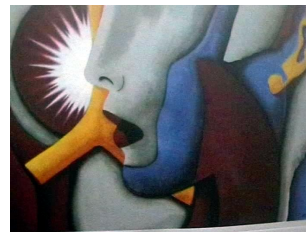
从外到内认识儿童过敏和防治

主办：首都医科大学附属北京儿童医院
过敏反应科

第一讲课程教师：向莉 主任医师



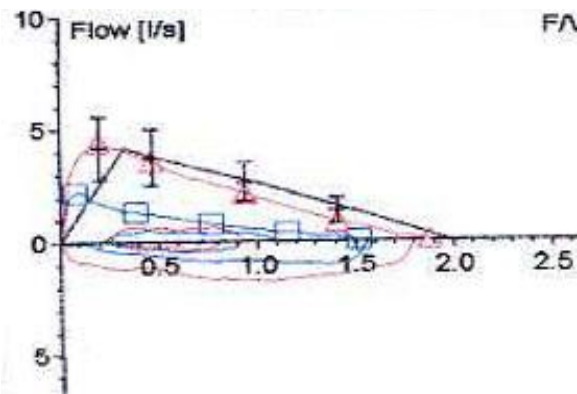
2014-12-2



过敏宝宝-婷婷 远离过敏的历程

- 女，9岁6个月，2003.6.17就诊
- 咳嗽、喘息1天，伴流涕、喷嚏、鼻痒、鼻塞
- 医生听诊无喘鸣音
- 7岁已确诊哮喘，但常中断治疗药物
- 婴幼儿期湿疹，3岁初发喘，4岁确诊过敏性鼻炎
每年喘息发病(需就诊) 1~2次
- 妈妈患哮喘病

■ 肺功能检查：混合型通气功能障碍



• 过敏原皮肤点刺试验：阳性



尘螨
霉菌
春季树木花粉
秋季杂草(豚草)花粉

诊 断

1. 哮喘（急性加重 轻度）
2. 过敏性鼻炎（轻度 间歇性）

过敏宝宝婷婷怎样治疗？

哮喘鼻炎治疗要双管齐下！

第一步：治 疗 - 哮喘



吸入药物1-长期控制慢性炎症

- 每日用药
- 坚持治疗
- 症状缓解不停药，需按医嘱复诊

吸入药物2-临时缓解哮喘症状

- 有哮喘症状时每日吸入3次
- 症状缓解后停药
- 再遇到临时咳嗽喘息时按需吸入1-3次



第二步：治 疗 - 鼻炎



喷鼻药物-长期控制慢性炎症

- 每日用药坚持治疗
- 至少1个月需按医嘱复诊

口服控制炎症药物-孟鲁斯特咀嚼片

- 每日用药坚持治疗
- 至少1个月需按医嘱复诊

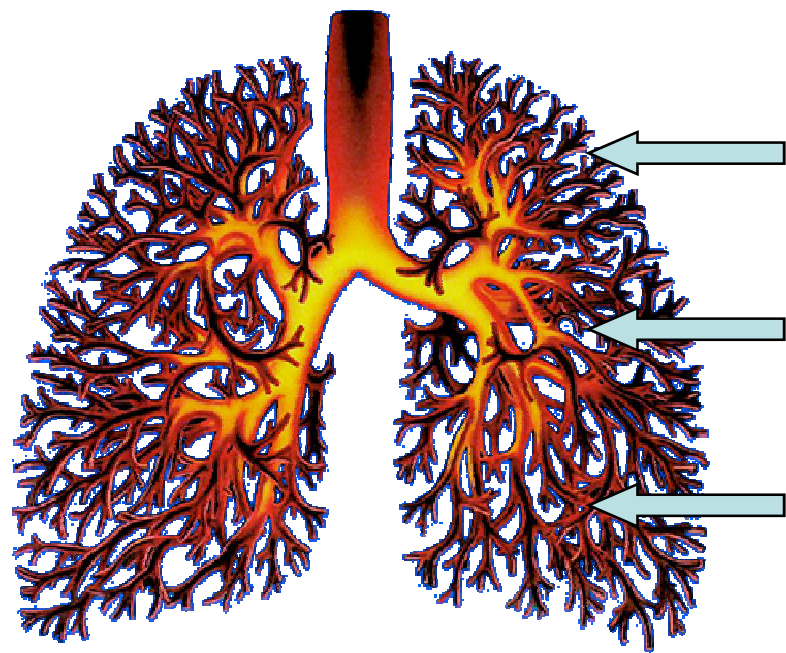


口服抗过敏缓解鼻症状药物2周

什么是哮喘

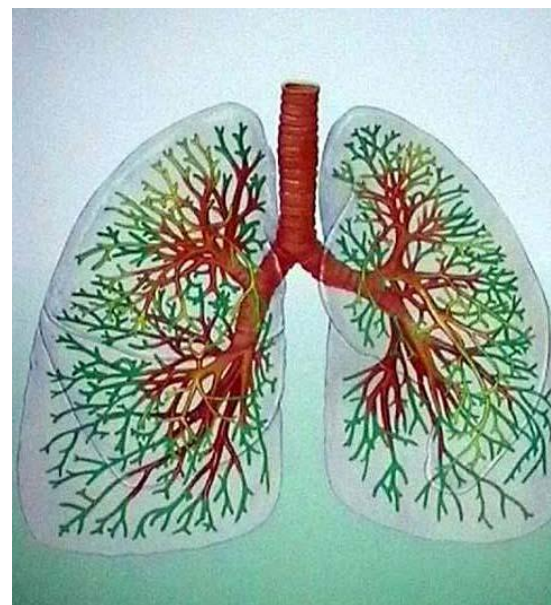
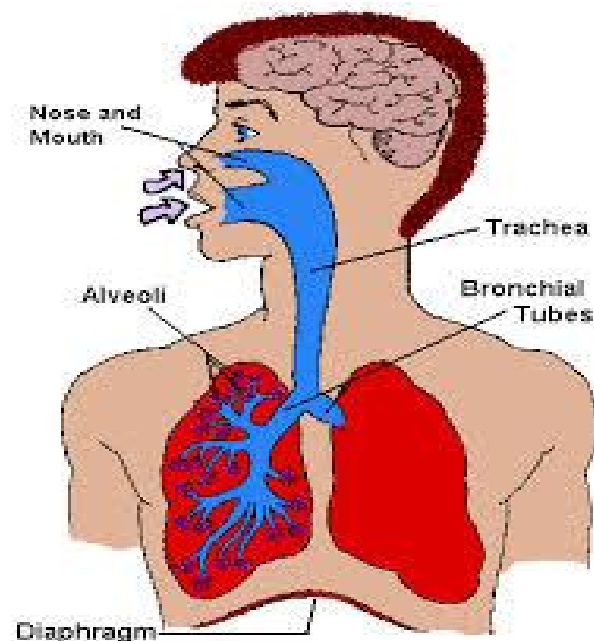
- 支气管哮喘的简称
- 气道慢性炎症
- 易被误诊为气管炎、支气管炎、肺炎
- 气道反应性增高
- 发作时气道缩窄，严重时胸部有哮鸣音
- 反复发作喘息、胸闷、呼吸困难、咳嗽

哮喘的发病部位

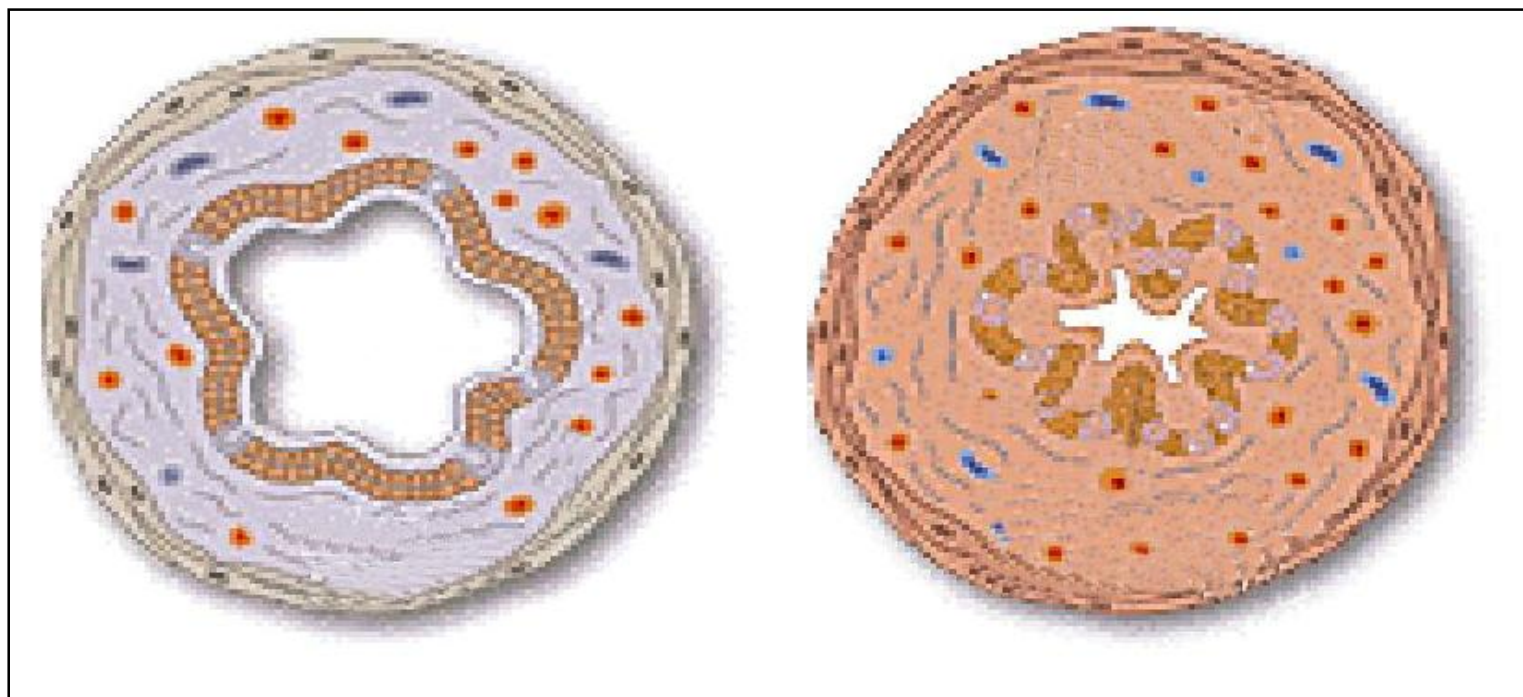


细支气管

气道和肺的关系



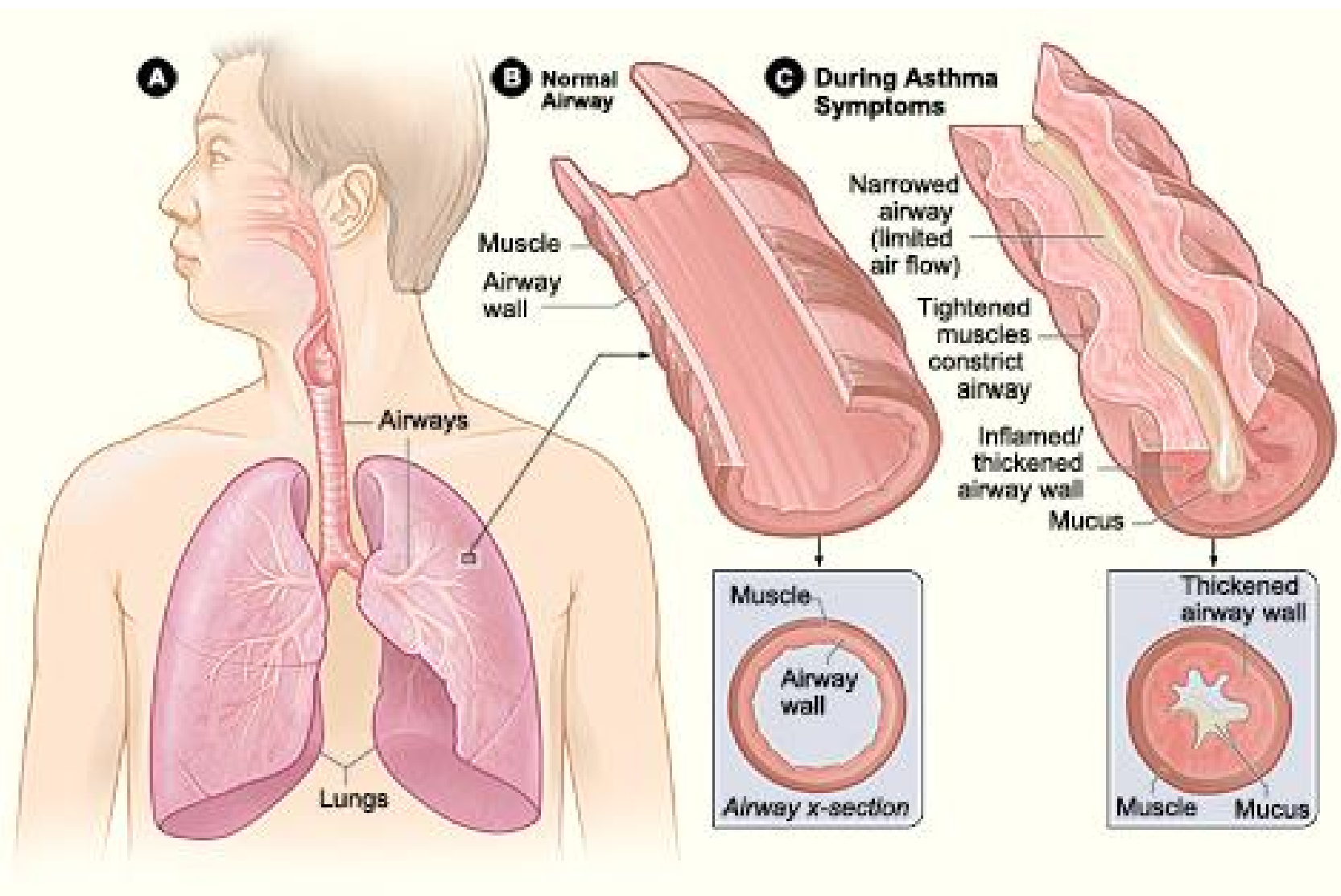
正常状态与哮喘状态下的细支气管剖面



正常细支气管

哮喘细支气管

正常状态与哮喘状态下的细支气管

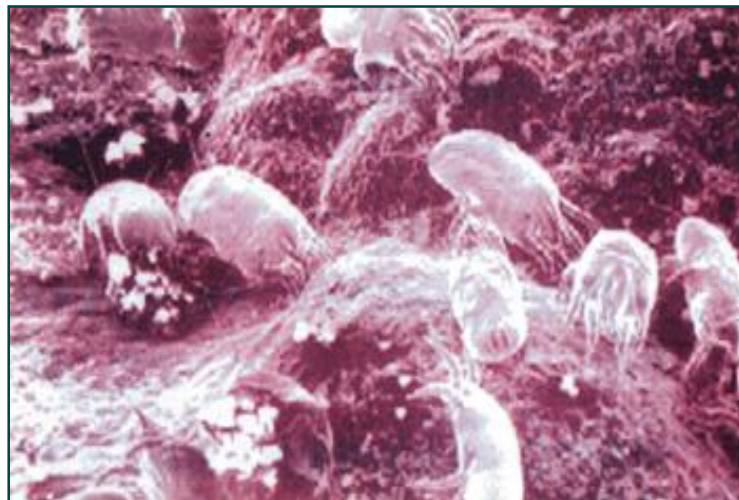


过敏宝宝婷婷只用药物治疗

足够吗？

第三步：寻找和躲避过敏原

尘螨在哪里？ 长啥样？



- 体态微小，显微镜下才可见，形似昆虫
- 喜温暖、潮湿环境
- 床垫、枕头、毛毯、地毯、沙发
- 以人类脱落的皮屑为食
- 排泄物和尸体是引起过敏的主要物质

尘螨无处不在-主要藏匿之处

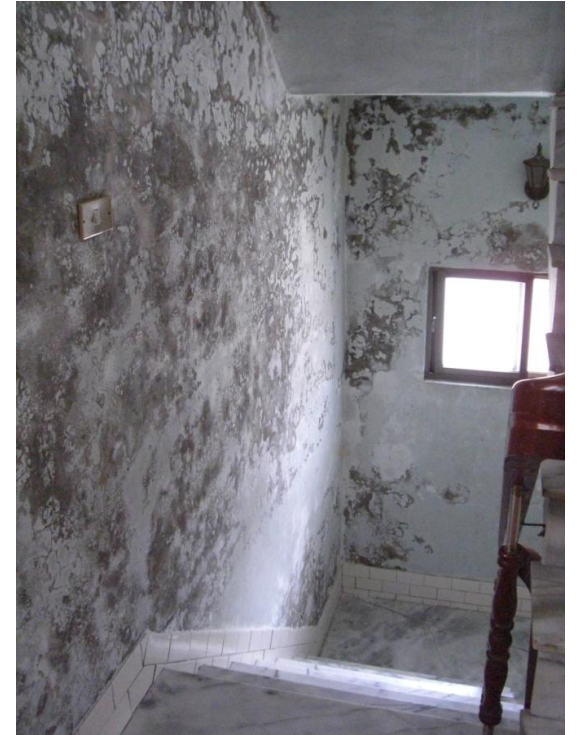


尘螨和人类的生活如影随形



霉菌在哪里？？

房间里的霉斑



食物发霉



常见过敏危险因素及减少暴露的措施

危险因素	措施
室尘螨	常用热水洗床单毛毯并烘干、防螨外罩、取走地毯、带滤网的吸尘器
烟草烟雾	戒烟
皮毛动物	家中不养动物，至少不能在卧室中
蟑螂	彻底清扫、杀虫剂
室外花粉霉菌	高峰期时，避免外出
室内霉菌	降低湿度
运动	运动前用药（ β_2 激动剂、白三烯调节剂）

常见引起过敏的其它因素



花粉和霉菌的漂浮日

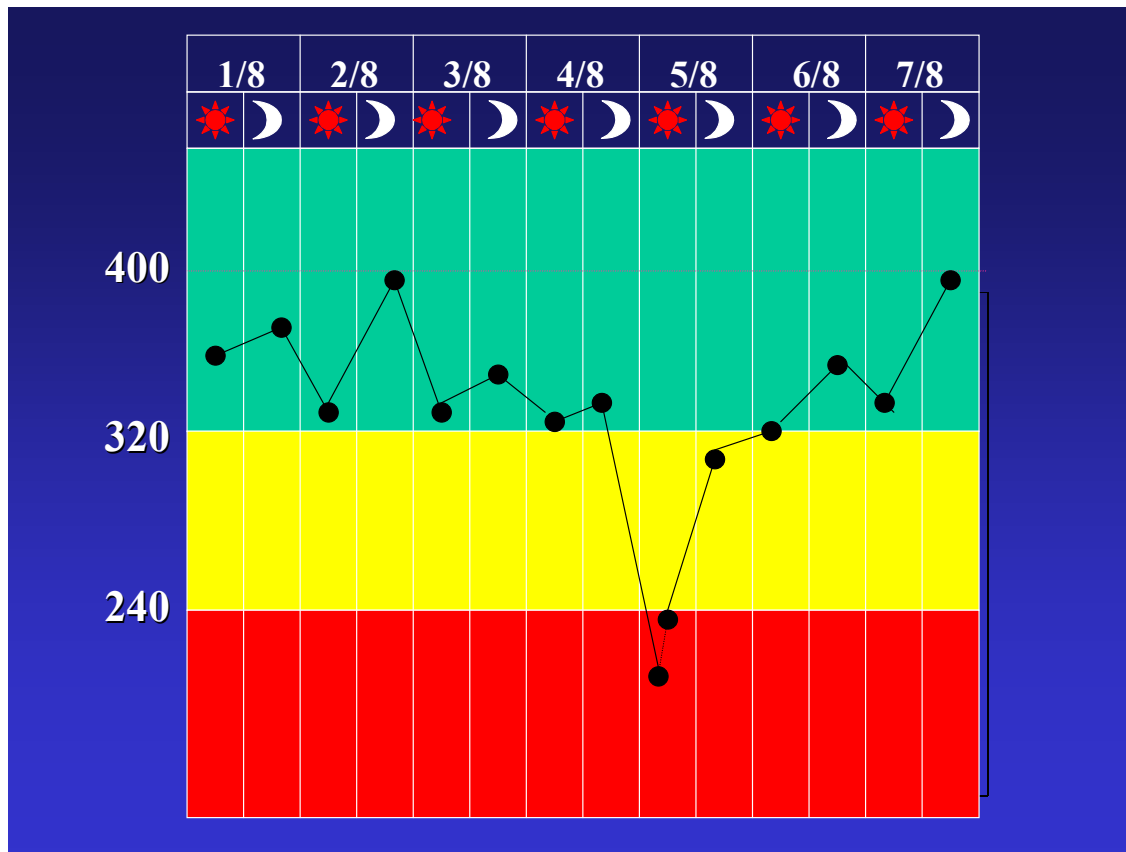
种类	漂浮月份	种类	漂浮月份	种类	漂浮月份
榛树	12-5	水青冈	4-5	长叶车前草	6-9
桤木	1-5	松	4-8	大豚草	7-11
杨树	3-5	藜	4-10	禾本科/谷类	8-11
榆树	4-5	栎属	5	悬铃木属	5-6
柳树	4-5	蒲公英	5-8	交链孢菌属	6-8
桦树	4-5	荨麻	7-8	葡萄孢菌	5-8
刺槐	4-6	艾蒿	7-10	多主枝孢属	7-9

**过敏宝宝只有医生的治疗
可以吗？**

需要家庭成员总动员哦！



第四步：在家监测肺功能(峰流速) 记录哮喘鼻炎日记



过敏宝宝的家庭管理

- 过敏日记
- 峰流速仪
- 哮喘控制测试 (ACT)

哮喘鼻炎日记

内容		日	1/3	2/3	3/3	4/3	5/3	6/3	7/3
期									
白天症状评分 ^①									
夜间症状评分 ^②									
PEF监测	清晨PEF								
	晚间PEF								
	PEF变异率 ^③								
使用 药物	药名								
	剂量和次数								

峰流速仪是一种适合于患者在家庭中监测哮喘控制情况的小型仪器，它所检测的指标被称作PEF，可以简易的反映气道阻塞的程度

各种常见的峰流速仪的形式



儿童哮喘控制测试(C-ACT)

- 包含7个问题
- 孩子4个，家长3个



让您的孩子回答这些问题：(请让您的孩子独立完成)

1. 今天你的哮喘怎么样？



2. 当你在跑步、锻炼或运动时，哮喘是个多大的问题？



3. 你会因哮喘而咳嗽吗？



4. 你会因为哮喘而在夜里醒来吗？



请您自己回答下面的问题： 不要让您孩子的答案影响您的回答。答案没有对错之分。

5. 在过去的4周里，您的孩子有多少天有日间哮喘症状？



6. 在过去的4周里，您的孩子有多少天 因为哮喘在白天 出现喘息声？



7. 在过去的4周里，您的孩子有多少天因为哮喘而在夜里醒来？



	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
问题1						
问题2						
问题3						
问题4						
问题5						
问题6						
问题7						
总分						

C-ACT 分值的意义

19分或更少 😞

● 如果您的孩子得分是19分或更少，这或许表明您孩子的哮喘并没有得到最妥善的控制。

低于19分

控制不佳

- 检查用药→
- 医生评估→
- 上升控制药的剂量

20分或更多 😊

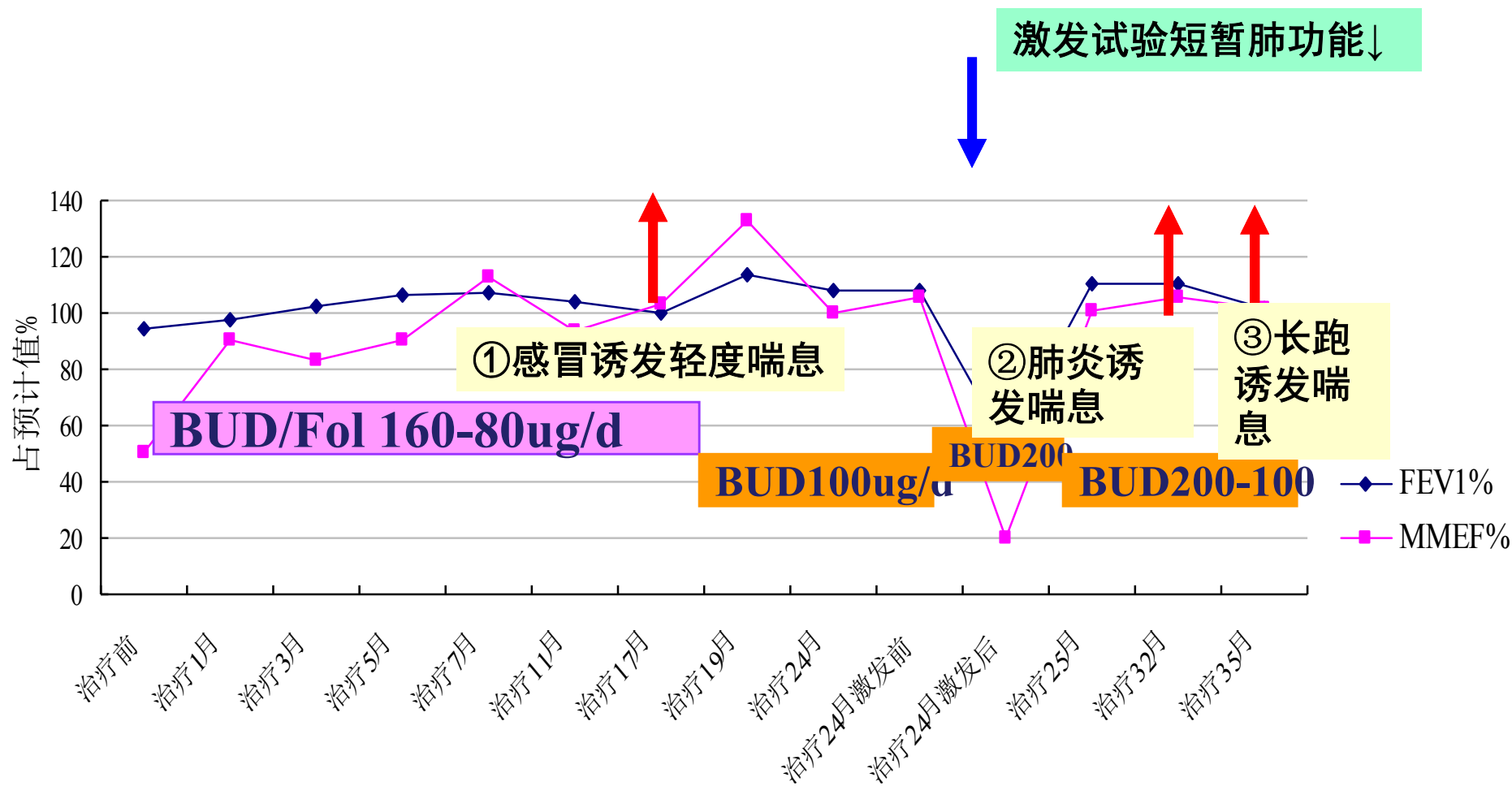
● 如果孩子的得分是20或更多，哮喘或许在控制之中。

高于20分

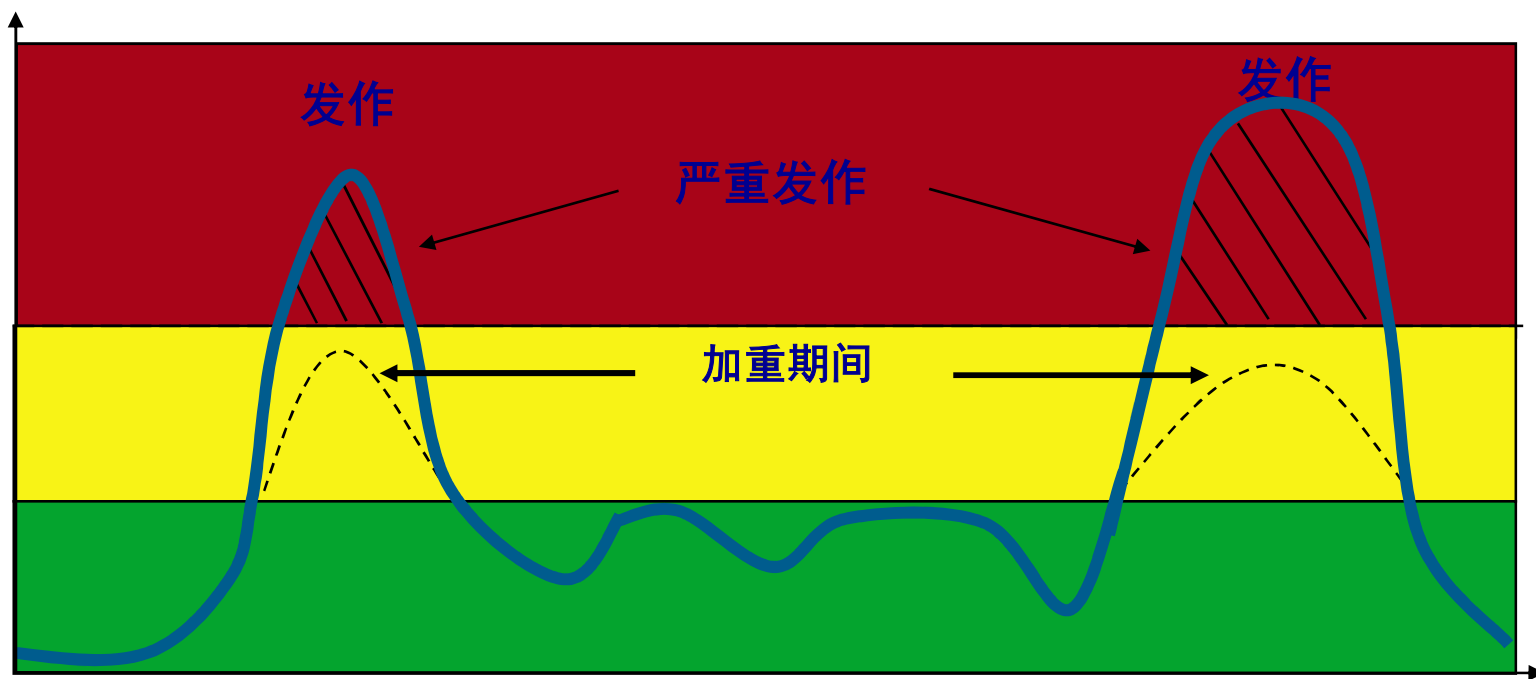
控制良好

- 用药超过3个月了吗→
- 医生评估→肺功能→
- 降低控制药剂量维持3个月

在医生的监测和定期复查下治疗3年



在“日常生活”中哮喘是一种易变的疾病



减少、预防哮喘的发作

即使在控制后仍有复发哮喘的可能性，但不要丧失信心，需要学会如何长期管理哮喘

认识严重哮喘发作的危险征象

- ✓说话困难
- ✓呼吸时鼻孔张大
- ✓嘴唇或指甲变灰或青紫
- ✓呼吸时颈部周围和肋间的皮肤内陷
- ✓心跳或脉搏非常快
- ✓走路困难
- ✓快速缓解药作用持续时间短，或完全不能缓解

有以上情况必须立即看急诊

哮喘发作时 第一时间必要的家庭 或现场治疗至关重要

初始治疗

- ✓ 在1小时内吸入快速缓解药可多达3次
- ✓ 观察初始治疗反应和采取相应行动

哮喘治疗的目标

- 最少的（最好没有）哮喘症状，包括夜间症状
- 最少的（最好没有）哮喘加重
- 无需急诊求医
- 最少（或无）需用快速缓解药
- 无活动受限，包括运动
- 峰流速（PEF）日变异率 $<20\%$ 。
- 肺功能正常或接近正常
- 最少的（或无）药物副作用

过敏宝宝可以脱敏治疗吗？

脱敏治疗途径

➤ 皮下特异性免疫治疗 (SCIT) (标准化户尘螨变应原提取液)



起始治疗阶段 (1~15周)

变应原剂量：20——→100000 SQ-U

维持治疗阶段 (17~51周)

变应原剂量：100000 SQ-U维持

➤ 舌下特异性免疫治疗 (SLIT) (舌下含服粉尘螨滴剂)



剂量递增期 (1~3周)

每日舌下含服滴数：1、2、3、4、6、8、10滴

剂量维持期 (4~51周)

每日舌下含服滴数：3滴





北京儿童医院
BEIJING CHILDREN'S HOSPITAL



过敏宝宝究竟从什么时候开始发病？

过敏宝宝经常在婴幼儿阶段有食物过敏或湿疹

- 过敏是多发炎症-皮肤、消化、上下呼吸道
- 发病早、易反复、难治愈、患病率高、严重影响生命质量
- 随年龄增长，表现不同，所谓过敏进程(allergy march)

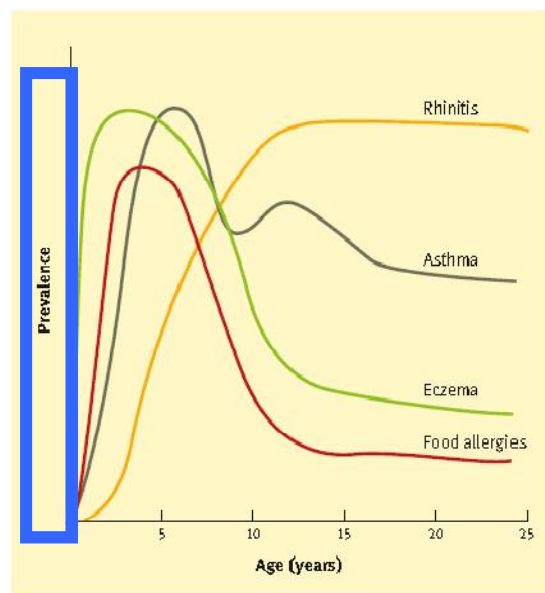
特应性皮炎 (atopic dermatitis, AD)

食物过敏 (food allergy, FA)

支气管哮喘 (asthma)

变应性鼻炎 (allergic rhinitis, AR)

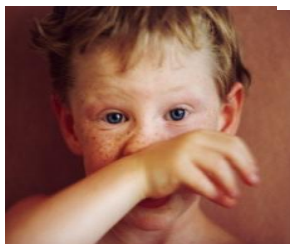
过敏必须早防早治



特应性皮炎



支气管哮喘



变应性鼻炎



食物过敏

毛毛 牛奶过敏的反应

- 接触牛奶蛋白的45分钟内就开始出现症状
- 表现为麻疹样的皮疹或风团，面部肿胀
- 还有呼吸系统症状，出现喘息或打喷嚏



军军 皮肤过敏症状



婴儿湿疹-渗出型



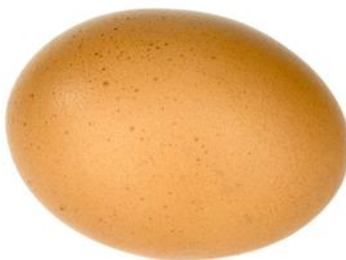
婴儿湿疹-干燥型

最易引起婴儿食物过敏的食物

牛奶



鸡蛋



花生



坚果



小麦



豆类



虾



鱼

什么是过敏和过敏原？

当人体通过吸入、食入、注入或接触等各种途径接受某种过敏原刺激后，出现局部或全身性的强烈反应，轻者如鼻炎、结膜炎、皮肤湿疹、荨麻疹、腹痛等，重者如哮喘发作或过敏性休克

常见的过敏症状

- 眼睛：眼痒、结膜充血、流泪
- 鼻：打喷嚏、流涕、鼻痒、鼻塞
- 皮肤：皮疹、搔痒、风团
- 呼吸道：喘息、胸闷、呼吸困难、咳嗽
- 消化道：口唇痒麻、唇肿、咽痒、呕吐、腹痛、腹泻等
- 神经系统：偏头痛
- 严重的过敏性休克表现为过敏症状进展迅速，波及全身，很快出现呼吸和循环衰竭

有两种方法可以检测过敏原

✓ 皮肤试验

✓ 抽血检测过敏原抗体

医生通过具体病情来决定用哪种方法，有时需要同时用两种方法检测进行综合判断