

# 南京儿童哮喘发病率20年增加了两倍多,绝大部分是由过敏引起 尘螨是南京人第一大过敏原

最容易引起大人过敏的食物: 水果  
最容易引起孩子过敏的食物: 牛羊肉

进屋就打喷嚏;一出门胳膊上就起疹子;吃个水果,脸立刻肿了……这些都是生活中很常见的过敏现象。昨天是世界过敏性疾病日,过敏可致胸闷、呼吸困难,皮疹,发热……甚至休克。

有调查显示,10个中国人中,至少3人都有不同程度的过敏。近些年,随着环境以及人们卫生习惯的改变,过敏人群不断增加。现代快报记者采访发现,南京人最怕的过敏原是尘螨,在食物中,水果最容易让成年人过敏。

通讯员 杜衡 现代快报记者 刘峻 陆文杰



制图 沈明 俞晓翔

## 南京孩子的哮喘发病率变高了

小李这两年总是莫名其妙咳嗽,而且是一到单位就咳。小李说,一开始没在意,后来发现只要在单位,空调开着,自己就一定会咳。他到医院一查,原来是过敏。其实,类似小李这样得“空调咳”的人非常多,有的不仅咳嗽,还老打喷嚏。

南京同仁医院呼吸内科主治医师张连霞说,这种过敏有两种可能,一种就是“冷空气”过敏,这类人对温差特别敏感,一旦进入空调房,就容易诱发咳嗽;第二种可能,就是螨虫或者某种霉菌过敏,不少单位都使用中央空调,长期不清洗,里面藏污纳

垢,螨虫、细菌等都会导致过敏。

最新的一项全国调查显示,中国人过敏发病率大约为30%,也是说10个人中,有3个人会因过敏导致疾病发生。过敏可能引起皮肤病、呼吸道疾病以及胃肠的不舒服等。

根据南京儿童医院的调查,2010年,14岁以下儿童哮喘发病率为2.74%,1990年这个数据只有0.91%。而绝大部分哮喘都是由过敏引起的。现代快报记者还从南京市胸科医院呼吸科了解到,江苏成人哮喘发病率为1%~2%,比10年前增加了56%。

## 过敏病发的季节性不明显了

张连霞说,除了飘梧桐絮、柳絮的那段时间,过敏人群特别多之外,在其他月份里,过敏的季节变化并不十分明显。这可能是因为过去过敏原单一,现在过敏原更加“丰富”,导致就诊人数增加。以往,春秋两季过敏较多见,但现在空调使用普及,夏天有了“空调咳”,冬天很多人更

是离不开空调,也成了哮喘高发季。

另外,很多呼吸系统的疾病和雾霾有关,如果常年都出现雾霾,那么,过敏性鼻炎、哮喘也会随之出现常年化;有些过敏原是食物,比如蚕豆本来只是春天才有,但由于技术改进了,一年四季都能培育,那么它引起过敏的疾病也会更常见。

## 是环境太脏,还是我们太爱干净?

过敏人群快速增加,原因也是复杂的。有人认为,这与环境变脏有关。但也有有人认为,与我们太爱干净、过少接触过敏原也有关。

南京儿童医院哮喘门诊赵德育主任说,孩子的免疫系统须在外界病原体不断刺激下,才逐步发育完善,过于干净虽不易患感染性疾病,但免疫系统对一些常见的细菌、病毒、尘螨等病原体也就“不认识”,发育完善后,再遇到这些病原体就会产生过敏,因此欧美许多国家现在提倡“不要每天给孩子洗澡、换衣服”,应让孩子更多地接触大自然中

各种“过敏物质”。

江苏省人民医院专家说,人体内的辅助性T淋巴细胞(Th)分为1型和2型两种,二者按一定的比例分布,保持平衡状态。其中Th1型淋巴细胞与感染性疾病有关,而Th2型淋巴细胞与过敏性疾病有关。随着卫生条件的改善和医疗技术的提高,如今感染性疾病在减少。这意味着,平衡被打破,在体内Th1型免疫反应向Th2型偏移,由此则导致过敏性疾病增多,其中包括过敏性鼻炎、哮喘和过敏性皮肤病等。

## 南京人过敏原排行榜

### 最怕五大过敏原

鼓楼医院的一项调查显示,南京成人最怕的过敏原前5位分别是尘螨、茛菪科植物花粉、蟑螂、屋尘以及其他花粉(包括柳絮、梧桐絮等)。过敏患者中,对尘螨过敏的达到81.3%,比外地患者高出近两成;其次为茛菪科植物花粉,56.9%的人对它过敏;第三是蟑螂,52.8%的人对它过敏;第四是屋尘,47.2%的人对它过敏;第五是其他花粉,35.8%的人过敏。茛菪科植物在南京很多见,比如茼蒿菜、鸡冠花、干日红等。

调查还发现,有一种入侵植物叫豚草,在南京普遍存在,这两年,这种植物引起过敏的人数越来越多。



显微镜下的尘螨

### 食物中,水果最容易引起大人过敏

仅就食物来说,水果可能是最容易让南京成人过敏的。

南京军区南京总医院曾调查过,排在食用过敏原第一位的是水果组合,过敏水果五花八门,有香蕉、桃子、菠萝、橙子等,调查人群中,大约有75%的人对它们表现出过敏反应。

排在第二位的才是海鲜组合,包括扇贝、墨鱼、蛤等,而过敏的人达到了68%。

第三位是淡水鱼虾,有38%的人对淡水鱼虾过敏。

专家分析,其实水果过敏很常见,但是过敏反应并不剧烈,有的则是皮肤瘙痒,常常没怎么注意就过去了。



### 牛羊肉最容易引起孩子过敏

南京儿童医院专家说,就过敏原来说,尘螨、点青霉等霉菌组合、猫狗毛皮屑最为常见。霉菌组合,主要与环境潮湿有关系。

如果是食物的话,牛羊肉、牛奶、鱼虾蟹,则是南京儿童最常见的过敏原。



### 罕见过敏原:有人因生气而过敏

鼓楼医院专家告诉记者,理论上,任何物质都可能致敏。目前,南京已收到对过湿纸巾、大米、鸡蛋、西红柿、草莓、面粉等常见食物或用品过敏的患者。有的是因为偶然才发现原来是对这些食物过敏。比如有位年轻人,去年因为禽流感,没敢吃鸡蛋,没想到,常年都有的瘙痒皮疹大为好转。

有常见过敏原,就有少见过敏原。在南京,甚至还发现过有人因为生气而过敏的病人。

日前,常州一名4岁女孩连续咳嗽两个多月,试过抗感染治疗、抗过敏治疗,一直没有效果。女孩的妈妈逐一排查身边的可疑物,换了被子,扔了毛绒玩具,结果发现引起女儿过敏的罪魁祸首,居然是儿童牙膏。

而文献报道的最稀奇古怪的过敏就是“水过敏”,全世界不过才发现6例。英国女子芭芭拉因为害怕出汗,不敢锻炼,更不能陪孩子们玩耍;她怕流眼泪,因此拒绝一切煽情电影和悲惨信息;暴风雨天气不敢出门;一周最多洗两次澡,而且每次只能洗一分钟;就连白开水她都不敢喝,每次只能抿一小口茶或牛奶。此外,洗碗、做饭、洗衣服这些家务活,也都由其丈夫包揽。



## 怎么预防过敏

城市里的居民多喜欢铺地毯、用布艺窗帘,就为尘螨的生长和传播带来了便利。秋冬衣服及被褥在使用前,先清洗或暴晒,这样可以有效预防尘螨。平时多打扫,别让屋里潮湿。如果是过敏体质,那么家里所有和“毛毛”有关的用具最好都弃置不用。对于孩子来说,毛绒玩具和毛巾是最危险的螨虫聚集地。另外,要注意清洗空调的滤网和散热片,这也是螨虫的主要聚集地。

对于一些不明原因的干咳、鼻痒等症状,在排除感染性疾病或其他疾病以后,要考虑过敏症,除了进行对症治疗外,也要注意留心身边的过敏原,今后避免继续接触。