

沙莉:找准“源头”是过敏性疾病诊疗第一步

●本报记者 张思玮

“相比春季过敏,秋季花粉暴露时间更长,更容易引发过敏性哮喘。”近日,首都儿科研究所变态反应科主任沙莉在接受《医学科学报》采访时表示。

监测数据显示,北京秋季花粉浓度高峰期集中在9月中上旬,其中蒿属花粉为主要过敏原,包括黄花蒿、艾蒿、大籽蒿、茵陈蒿等,这类花粉数量大、花期长,易通过呼吸道进入人体引发过敏反应。此外,灰藜、葎草、豚草等也是北方秋季常见的过敏原。

“明确过敏原是过敏性疾病诊疗的第一步。”沙莉指出,只有弄清楚“对手的底细”,才能制定针对性的个体化治疗方案。

影响全球约25%人群

沙莉介绍,过敏性疾病又称变态反应性疾病,是人体对相关物质产生的一种异常免疫反应,可发生在全身任何部位,常见于呼吸道、皮肤及胃肠道等。

过敏反应的核心是一种叫作免疫球蛋白E(IgE)的抗体。正常情况下,IgE的作用是帮助身体对抗寄生虫感染,但在过敏体质的人体内,IgE会对某些特定物质(过敏原)过度敏感。

当过敏原(如尘螨、花粉)首次进入人体时,免疫系统会产生大量针对它的IgE抗体。这些抗体会附着在肥大细胞(一种免疫细胞)表面。当过敏原再次进入体内时,它会与IgE结合,导致肥大细胞释放组胺、白三烯等炎症介质,从而引发过敏症状。

随着城市化进程加快,环境污染指数上升,变应原暴露增加,儿童过敏性疾病的发病率和患病率逐渐升高,成为全球关注的健康问题之一。

《儿童过敏性疾病诊断及治疗专家共识》指出,过敏性疾病包括食物过敏、特应性皮炎、过敏性鼻炎和过敏性哮喘等。随着疾病谱的转变,过敏性疾病已成为21世纪常见疾病之一,影响了全球约25%的人群,不仅影响患儿的生活质量,甚至危及生命,并给社会带来沉重的经济负担。

“当儿童出现鼻塞、鼻痒、打喷嚏、

流鼻涕等明显季节性过敏症状时,家长应带其去相关专科门诊确诊,尽早明确过敏原,并进行积极治疗。”沙莉提醒,严重的过敏性哮喘急性发作时,患儿如果不能及时接受治疗,会造成呼吸困难,甚至危及生命。

沙莉介绍,除了秋季花粉过敏,尘螨、动物皮毛、霉菌等也是近年来比较突出的过敏原。尽管有部分儿童期哮喘患者可能在青春期后得到缓解,但对于有个人及家族过敏性疾病病史、诊断治疗不及时、肺功能不能维持正常水平、多种过敏原同时致敏的患者来说,过敏症状更容易持续到成人期。因此,过敏原的检测对于疾病的诊断治疗和管理至关重要。过敏原皮肤和血清测试是临床常用的检测手段,阳性结果需要结合病史进一步综合判断。

规范化治疗需要“并驾齐驱”

谈到过敏性疾病如何规范化治疗,沙莉用“四驾马车”进行归纳总结,即避免疾病病因、对症药物治疗、过敏原特异性免疫治疗、患者健康教育。

“一定要有效规避过敏原。”沙莉说,在暑期门诊中,遇到一些花粉严重过敏的患儿,家长存在侥幸心理带其去草原游玩,导致了喘息急性发作,这一点值得过敏患儿家长关注。

同时,规范化的药物治疗可以有效控制过敏性炎症,改善患儿的临床症状。比如,治疗过敏性鼻炎的鼻喷激

素、治疗哮喘的吸入性激素均为一线治疗药物,患者应按疗程规范使用,定期评估并调整用药剂量。

“在治疗患儿哮喘时,有些家长不敢、不愿使用吸入激素,这可能导致孩子疾病症状反复。”沙莉表示,千万不要将激素“妖魔化”,规范化使用对于过敏性疾病治疗极为重要。

另外,特异性免疫治疗也称脱敏治疗,是临床经常使用的手段。它是将过敏原制成疫苗,给患者反复皮下注射或舌下含服,使患者对过敏原的耐受能力逐步增强的一种病因治疗方法。

沙莉表示,脱敏治疗的疗程通常为3~5年,需要患者及家属有一定的耐心。

近年来,针对过敏炎症中关键分子的生物靶向治疗已成为过敏性疾病精准治疗的重要武器。比如,抗IgE的单克隆抗体等,对于过敏性鼻炎季节性预防应用以及中重度难治性过敏性哮喘等具有良好的疗效和较高安全性。

此外,在花粉浓度高的季节做好防护,佩戴口罩和护目镜,使用花粉阻隔剂,户外返家后更换衣物、洗脸、海盐水清洗鼻腔,减少户外活动和通风等,也是花粉过敏患者日常防范措施。

重视雷暴哮喘

受访中,沙莉特别提到了公众应对



沙莉

雷暴哮喘有足够的重视。“北方秋季雷雨天气比较多,很多有过敏性疾病的患者极易在雷雨天气或雷雨过后出现支气管哮喘急性发作或症状加重,主要表现为喘息、气促、咳嗽等。”

遗憾的是,国内外研究仍未阐明雷暴哮喘发生的具体机制。大部分学者认为,发生雷暴时,完整花粉颗粒在地面水平大量聚集,闪电使其带有负电荷,上升气流促进其被带有正电荷的云层吸引,遇水溶胀、破碎后释放大半径更小且具有过敏原性的碎片,强降雨、下降气流裹挟花粉颗粒的碎片集聚至地面,增加了空气中可吸入下气道的过敏原浓度,导致哮喘急性发作。

“因此,花粉和/或霉菌过敏的哮喘、过敏性鼻炎患者更易发生雷暴哮喘。”沙莉提醒,有上述疾病史的患者应避免雨天户外活动,关闭室内窗户,雷雨天气后不要立即外出。

延伸阅读

常见的过敏原有哪些?

吸入性过敏原,如尘螨、花粉、宠物皮屑、霉菌孢子等。

食物过敏原,如牛奶、鸡蛋、花生、海鲜、坚果等。

接触性过敏原,如金属(镍)、化妆品、乳胶等。

药物过敏原,如青霉素、阿司匹林等。

抗过敏药物如何起作用?

1.抗组胺药(如氯雷他定、西替利嗪等)

组胺是过敏反应中最重要的炎症

介质之一,它会导致血管扩张、黏膜水肿、瘙痒等症状。抗组胺药能阻断组胺受体,使组胺失去“着陆点”,无法启动过敏反应,从而减轻打喷嚏、流鼻涕、皮肤瘙痒等症状。

2.肥大细胞稳定剂(如色甘酸钠)

这类药物能稳定肥大细胞膜,阻止其释放组胺等炎症介质,适用于预防过敏反应(如过敏性鼻炎或哮喘的预防)。

3.糖皮质激素(如布地奈德、泼尼松、甲泼尼龙等)

激素类药物能抑制免疫系统的过

度反应,减少炎症介质的释放、降低组织水肿等,常用于严重的过敏反应,如哮喘、过敏性皮炎等。

4.白三烯受体拮抗剂(如孟鲁司特)

白三烯是另一种重要的炎症介质,会导致支气管收缩和黏液分泌增多。这类药物通过阻断白三烯的作用,缓解哮喘和过敏性鼻炎症状。

5.肾上腺素(用于过敏性休克)

在严重的过敏反应(如过敏性休克)中,肾上腺素能迅速收缩血管、缓解气道痉挛,是救命的关键药物。