



不少人在進食海鮮後皮膚出「風癩」、嘴唇痕癢、腹瀉等，
他們大概都知道這是對海鮮過敏；
有些嚴重的，
甚至會嗅到桌上的海鮮便全身痕癢。

食物過敏在過去一直是無法根治的病症，
直至近年才有食物脫敏治療。

撰文：陳旭英 設計：美術組

治癩

蕁麻疹



喉嚨痕癢



四

十八歲的何女士，在年輕時已發現自己不能吃海鮮，每次朋友在聚會享受美味的海鮮時，她都只有羨慕的份兒，有時也很想嚐一口，但每當她想到進食後的痛苦，就食慾全消。

「我十幾歲時便知道自己有海鮮過敏，一吃蝦蟹後，很快便全身痕癢，不

誰患海鮮過敏？

期然的用手抓癢，有時抓到皮開肉爛，之後我見到桌上有蝦蟹都不敢吃。
幸好，我吃魚便沒事，我和丈夫都很喜歡吃海魚。」何女士說。

二十五歲的Anna同樣有海鮮過敏，不過她認為不嚴重，因平時還可以吃少量的蝦，「我在大吃海鮮後才有反應，會有嘴唇腫、嘴角痕癢、蕁麻疹，有時更會肚瀉，但吃少一點便沒事。」

十六歲的Ben病情比較複雜，因





有望

為他除了對大部分甲殼類海產過敏外，亦對雞蛋、牛奶、花生等常見食物都過敏，而且誤吃後徵狀嚴重，除了全身起「風癩」外，更曾經有一次氣管腫脹，呼吸急促，差點送命，所以當他知道對某種食物有過敏後，他丁點都不敢碰。

「小時候就有濕疹，父母帶我見兒科醫生，做過測試發現我除了對很多食物有過敏外，對塵蟎亦有過敏。自小父母已經常常提醒我哪些食物不能吃，我統統都記住，但有幾次不小心吃下含有過敏成份的食物而出現過敏反應，幸好隨身帶抗過敏藥物，一有不妥便服藥……」

海鮮過敏沒有方法根治，患者可以做的是避免進食或接觸海

腹痛



皮膚痕癢



海鮮過敏治療，過去一直是醫學界的大難題，現在有望透過中醫古方，將不可能變成可能。

▶ 李德康醫生指出，海鮮過敏暫時未有脫敏方法，是由於海鮮既非液體，又無法將其製成粉，難以做到極細份量作治療。

▶ 調查發現，約有百分之三至六的學生，有海鮮過敏問題。



免疫球蛋白E掀攻擊

以上三位人士，到底是否真正患有海鮮過敏症呢？如有，是否代表終身都不能進食海鮮？

養和醫院過敏病科主任李德康醫生表示，香港很多人以為自己對海鮮過敏，但事實未必。他引述一項針對學生過敏病的調查指出：「學生中約百分之三至六有海鮮過敏。在食物過敏類別中，海鮮過敏是最常見，佔所有食物過敏的三分之一。」

如何確定自己是否對海鮮過敏？吃海鮮後出現皮膚痕癢等的過敏病徵，是否就代表有過敏？過敏病科中心營養師陳勁芝說：

鮮，然而情況像Ben一樣，就算如何小心，也會誤吃，引發過敏反應。





提防 交叉污染

對海鮮過敏人士和所有食物過敏人士一樣，需要提防交叉污染。

陳勁芝（小圖）解釋，食物在生產及處理過程中有機會造成交叉污染，例如果仁生產商可能會同時處理花生，對花生過敏人士有機會在進食其他果仁時亦接觸到花生致敏原而出現過敏徵狀。同樣道理，海鮮在市場上大多放在一起，或在運送過程中互相接觸，所以一些對蝦蟹過敏人士，有機會在進食曾與蝦蟹接觸的魚類後出現過敏反應。陳勁芝亦提醒海鮮過敏人士，不少天然營養補充劑含有海鮮成份，例如葡萄糖胺、甲殼素、鈣片。



「病人在進食蝦或蟹後出現過敏反應並懷疑自己對海鮮過敏時，中心會為病人進行皮膚點刺測試或驗血液中的IGE（免疫球蛋白E），如測試呈陽性，代表身體對測試物有過敏反應，因而製造很多化學物質去對抗，其中一種化學物質是組織胺（Histamine），會引致流鼻水、痕癢、蕁麻疹等徵狀。但很多時有不適反應，未必由過敏引起。由過敏引起的不適徵狀，會在兩小時內出現，如患者在進食海鮮後翌日才不適，或進食大量後才不適，這情況可能是海鮮不耐

海鮮過敏

與組織胺不耐

而不是海鮮過敏。」

像Anna一樣會有延遲及偶發性的過敏反應，於進食大量海鮮後才會出現，陳勁芝說，這些情況一般不是海鮮過敏而是組織胺不耐症。

陳勁芝解釋，海鮮本身含有很多組織胺，而組織胺則可誘發過敏徵狀，而最常見的是痕癢、蕁麻疹、腹瀉，患者一般在進食過量海鮮後才會出現。

海鮮過敏中有分為甲殼類（即蝦、蟹、龍蝦）過敏，以及軟體類（即蠔、蜆、青口）過敏，有些過敏症患者對兩類海鮮都有過敏。

陳勁芝指出，很多時患者對一種海鮮過敏，會對同一家族的

▼ 含不同致敏原的皮膚點刺測試劑。



▲ 當點刺致敏原在手臂上後，觀察其反應，如出現發紅痕癢，代表對該物質過敏。



不過敏。此外，李德康醫生補充，原肌球蛋白（Troponin）是海鮮中常見的蛋白質，蝦及部分魚都有此蛋白質，然而塵蟎亦含此蛋白質，所以很多海鮮過敏的人士，對塵蟎亦會過敏。情況就似對雞蛋過敏人士中，會有部分對雞肉過敏，因兩者均有類似的致敏原。

李醫生說：「研究發現香港有百分之七十五對塵蟎過敏的人士，部分同時有海鮮過敏。過敏徵狀包括腹瀉、嘔吐、口部痕癢、蕁麻疹、濕疹等。」

海鮮食物出現類似徵狀。以甲殼類為例，對蝦過敏，就有可能同時對龍蝦過敏。而軟體組織類海鮮，包括蜆、田螺、蠔、魷魚、墨魚等，均有類似的致敏原，故一般海鮮過敏患者會同時對多種海鮮有過敏反應。

但陳勁芝補充，也有個別患者只對蝦過敏而對蟹不過敏；

中藥古方

根治過敏？

陳勁芝指出，在過去

五至六年間，美國哈佛大學進行中藥治療過敏症研究，發現有專治過敏症的中醫藥古方，稱為「烏梅湯」或「烏梅丸」。

「此古方包含十種中藥，研究人員經詳細了解及研究後，加入靈芝，再剔除有毒性的中藥，剩下九種。這中藥方在動物（老鼠）研究中似乎能減低花生過敏反應，而且效用是具有持續性的；研究人員亦見到多方面免疫系統指數都有改善。目前哈佛大學的研究仍在進行中。」

李德康醫生說：「我們覺得上述研究結果令人鼓舞，希望中

在市場中，不同海鮮如魚類和甲殼類會放在一起，容易造成致原敏交叉污染。

草藥可以幫到香

港的過敏人士，於是便決定了解參加者在服用中草藥前後對海鮮過敏反應的差別。

「我們認為花生、蛋、奶的脫敏治療發展成熟，很多過敏情況都得以解決，惟海鮮脫敏相對困難，故在全球的經驗較為缺乏。」

李醫生解釋海鮮脫敏研究較

其他食物脫敏困難，原因是海鮮不是液體亦不能簡單將其磨成粉，難以將其製成微小份量讓患者進食，令身體慢慢接受。現在用中藥複方來研究，希望能幫到這些病人。



海鮮貝殼類別

海鮮分為不同科，同屬一家族的海鮮由於基因近似，故含致敏原亦類同。如果對其中一種海產過敏，會有較大機會對同一家族中的海產過敏。

甲殼綱動物 (Crustaceans)：蟹、龍蝦、小龍蝦、蝦
雙殼類軟體動物 (Molluscs—Bivalves)：青口、蠔、帶子、蜆
腹足綱軟體動物 (Molluscs—Gastropods)：蝸牛、玉黍螺、田螺
頭足類軟體動物 (Molluscs—Cephalopods)：墨魚、魷魚、八爪魚



蝸牛

蜆



生蠔

常見含海產原料食物

部分食物及醬料含海鮮成份，過敏人士或會忽略，故對海鮮過敏人士應小心提防。

- 噏汁
- 凱撒沙律醬
- 蠔油
- XO醬
- 魚露
- 海鮮麵
- 揚州炒飯
- 西班牙海鮮飯
- 蝦條、點心麵



噏汁

蠔油

陳勁芝說：「我們會招募二十四名海鮮過敏患者參與研究，隨機分為兩組，每組十二人。參與者全程不可服用其他中藥並如常進食，研究期間參與者需每日進行高峰呼吸流速測試，及服用中草藥或安慰劑八星期。並在服用中草藥前後進行一系列測試。」

研究計劃正接受報名，有興趣人士可直接與養和醫院過敏病科中心聯絡。☎