

急救服務 Emergency Services

過敏反應 Allergic Reaction

當接觸令你身體敏感的東西時，過敏反應發生。食物、藥品、感染、蟲咬、動物、吸入物以及皮膚接觸到刺激物，如化妝品或肥皂，都可能造成過敏反應。

當一個人過敏反應比較嚴重時，則稱作“過敏癥”(英文 'anaphylaxis'，音似“阿那一復一拉克-希思”anna-fuh-lak-sis)。在一些情況下，過敏癥會導致死亡。

註意要點

你會對曾用過但不曾過敏的東西起過敏反應。一旦你對一樣東西有過過敏反應，當再接觸時，你很可能會再次對它過敏。

過敏反應可以是輕度的，也可能達到很嚴重的程度。絕大多數人接觸過敏源30分鐘內出現過敏反應。

註意到出現如下癥狀，則有可能是過敏反應：

- 皮疹
- 蕁麻疹(凸起發癢發紅的皮疹)
- 嘴唇、舌頭、喉嚨、眼皮和耳朵腫起來
- 呼吸困難
- 感覺胸悶
- 很暈眩、頭昏、或虛弱無力

立即撥打 9-1-1

接觸曾引發過敏反應的過敏源後，如果出現以下狀況之一，立即撥打9-1-1：

- 感覺呼吸困難或氣喘嚴重
- 突然頭暈。
- 出現氣喘或感覺胸悶或喉嚨憋悶。
- 嘴巴、喉嚨或舌頭開始腫脹。

如何在家自我護理

過敏反應發生後的十二到二十四小時內請休息。

你可能持續出現蕁麻疹，或是胸部、腿和/或手臂瘙癢數日。過敏反應期間，蕁麻疹可能一會兒出現一會兒消失。

皮疹或蕁麻疹止癢方法：

- 衝涼水澡或泡澡。
- 將一塊涼的濕布敷在你的肌膚上。
- 服用急救醫生建議的藥物。

如果皮疹持續數日仍繼續，請盡早約診你的家庭醫生。

請遠離引發你過敏反應的任何過敏源。

(更多內容見下頁)

過敏反應 – 續 Allergic Reaction - *continued*

如何在家照看自己

- 如果過敏反應嚴重：
 - 反應過後的二十四小時內找人陪伴你，以防你的癢狀重發。
- 如果給了你或告知你服用抗組胺劑：
 - **不要**開車或從事任何需要完全集中注意力的工作。抗組胺劑會使你昏昏欲睡。
- 即使你覺得完全恢復，仍在接下來的一周內約見你的家庭醫生。
- 如果過敏反應嚴重：
 - 與你的家庭醫生一起制定一份應急措施，涵蓋如果你出現過敏反應，你和你周圍人必須採取的行動事項。確保每一個人都明確這份應急措施。
 - 請與你的家庭醫生商量，請他開給你一個過敏癢應急藥（比如一個 Epi-pen 注射針）。
 - 佩戴一個醫療警示牌。

預防過敏反應

- 盡量不接觸引起你過敏反應的過敏源。
- 如果不確定是甚麼引發過敏反應，請列一份清單，記錄進行過的活動、吃過的食物或是所在環境中接觸過的東西。記錄你出現的任何癢狀。
- 請與你的家庭醫生商議確定後，再服用任何新藥物，包括各類草藥、營養品和維他命。
- 請為自己準備一個過敏應急藥箱，含藥品、洗劑或其它治療過敏反應的物品。

更多資訊，可諮詢：

- 你的家庭醫生
- 你的藥劑師
- 撥打 HealthLinkBC – 電話 8-1-1 (聾啞人士專線 7-1-1) 或上網瀏覽 www.HealthLinkBC.ca.