

急救服务 Emergency Services

## 过敏反应 Allergic Reaction

当接触令你身体敏感的东西时，过敏反应发生。食物、药品、感染、虫咬、动物、吸入物以及皮肤接触到刺激物，如化妆品或肥皂，都可能造成过敏反应。

当一个人过敏反应比较严重时，则称作“过敏症”（英文 ‘anaphylaxis’，音似“阿那一复一拉克一希思” anna-fuh-lak-sis）。在一些情况下，过敏症会导致死亡。

### 注意要点

你会对曾用过但不曾过敏的东西起过敏反应。一旦你对一样东西有过过敏反应，当再接触时，你很可能再次对它过敏。

过敏反应可以是轻度的，也可能达到很严重的程度。绝大多数人接触过敏源30分钟内出现过敏反应。

注意到出现如下症状，则有可能是过敏反应：

- 皮疹
- 荨麻疹(凸起发痒发红的皮疹)
- 嘴唇、舌头、喉咙、眼皮和耳朵肿起来
- 呼吸困难
- 感觉胸闷
- 很晕眩、头昏、或虚弱无力

### 立即拨打 9-1-1

接触曾引发过敏反应的过敏源后，如果出现以下状况之一，立即拨打 9-1-1:

- 感觉呼吸困难或气喘严重
- 突然头晕。
- 出现气喘或感觉胸闷或喉咙憋闷。
- 嘴巴、喉咙或舌头开始肿胀。

### 如何在家自我护理

过敏反应发生后的十二到二十四小时内请休息。

你可能持续出现荨麻疹，或是胸部、腿和/或手臂瘙痒数日。过敏反应期间，荨麻疹可能一会儿出现一会儿消失。

皮疹或荨麻疹止痒方法：

- 冲凉水澡或泡澡。
- 将一块凉的湿布敷在你的肌肤上。
- 服用急救医生建议的药物。

如果皮疹持续数日仍继续，请尽早约诊你的家庭医生。

请远离引发你过敏反应的任何过敏源。

(更多内容见下页)

## 过敏反应 - 续 Allergic Reaction - continued

---

### 如何在家照看自己

- 如果过敏反应严重：
  - 反应过后的二十四小时内找人陪伴你，以防你的症状重发。
- 如果给了你或告知你服用抗组胺剂：
  - **不要**开车或从事任何需要完全集中注意力的工作。抗组胺剂会使你昏昏欲睡。
- 即使你觉得完全恢复，仍在接下来的一周内约见你的家庭医生。

### 预防过敏反应

- 尽量不接触引起你过敏反应的过敏源。
- 如果不确定是什么引发过敏反应，请列一份清单，记录进行过的活动、吃过的食物或是所在环境中接触过的东西。记录你出现的任何症状。
- 请与你的家庭医生商议确定后，再服用任何新药物，包括各类草药、营养品和维他命。
- 请为自己准备一个过敏应急药箱，含药品、洗剂或其它治疗过敏反应的物品。

- 如果过敏反应严重：

- 与你的家庭医生一起制定一份应急措施，涵盖如果你出现过敏反应，你和你周围人必须采取的行动事项。确保每一个人都明确这份应急措施。
- 请与你的家庭医生商量，请他开给你一个过敏症应急药（比如一个 Epi-pen 注射针）。
- 佩戴一个医疗警示牌。

### 更多资讯，可咨询：

- 你的家庭医生
- 你的药剂师
- 拨打 HealthLinkBC - 电话 8-1-1 (聋哑人士专线 7-1-1) 或上网浏览 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)。