

吃完面条后 39岁的北方女子 突然呼吸困难

“罪魁祸首”原来是这种过敏反应



医生为过敏患者诊疗中。

“面食从小吃到大,没想到自己竟然是小麦过敏!过敏性休克原来是这么来的,这‘案子’总算破了!”近日,39岁的北方女子小李(化名)在宁波市中医院过敏性疾病诊疗中心确诊“小麦依赖-运动诱发严重过敏反应”(WDEIA)。这是什么过敏?

多次出现过敏性休克 但苦于找不到过敏原

小李是地地道道的北方人,从小在北方长大,对面食情有独钟,可以说是一个不折不扣的“碳水脑袋”,来宁波工作后也经常进食面食。

去年7月,小李在吃完面条后,“步行加地铁”赶去上班,谁知到公司后突然浑身瘙痒、全身起了大大小小的红疙瘩,并且伴有头晕乏力、眼前发黑、胸闷等症状,甚至感觉像被人掐住了喉咙,呼吸十分困难。同事见状紧急呼叫了120,接诊医生诊断为过敏性休克,并迅速给予相应处理,小李这才

转危为安。

此后,她在吃完包子和三明治后做运动,都会出现类似反应,通过及时处理后也转危为安。她曾前往多家医院检查,但每次查过敏原,IgE检测均为阴性,并未显示明确过敏原。这件事成了挂在小李和家人心中的“疑案”——究竟是什么导致了如此严重的过敏反应?

今年1月,她经朋友介绍,来到该院过敏性疾病诊疗中心胡旭贞医生处求诊。

进食面食后运动诱发 罪魁祸首竟是小麦过敏

胡旭贞敏锐地察觉到,小李每次都是在进食面食后运动才诱发的过敏,于是怀疑她可能是小麦过敏。

“我是北方人,吃了半辈子面食,还会小麦过敏吗?”小李对医生的话将信将疑。

尽管如此,小李还是在医生建议下做了小麦面粉及面筋皮肤点刺试验。结果显示,小麦面粉(-),面筋(+++).最终,小李被确诊为“小麦依赖-运动诱发严重过敏反应”(WDE-IA)。

“什么?我对小麦过敏?那我为什么以前吃就没事?”面对小李的疑惑,胡旭贞解释:“你的这种过敏反应比较特殊,它是一种进食含有小麦类食物后运动而迅速发生的全身严重过敏反应,包括皮疹瘙痒、水肿、鼻炎、哮喘、消化道症状、血压下降,甚至休克等。其特殊之处在于,单独吃面食或单纯运动都不会引发过敏,只有在进食面食后几小时内运动才会诱发。”胡旭贞分析,这是因为运动后,体内血液重新

分布,未完全消化的小麦蛋白质被收入全身血液循环,与特异性IgE结合,引发过敏反应。同时,运动会使组织pH值短暂轻微降低,更容易激活过敏反应中的关键细胞——嗜碱性粒细胞,导致组胺释放增加。像小李的这几次过敏,都是因为进食面食后进行了运动,因此而诱发。

“原来如此!胡医生,除了小麦外,我是不是连燕麦都不能吃?”小李问。

“不是的,现有研究表明,小麦与大麦、黑麦存在交叉反应的可能性较大,而与燕麦、玉米、小米的交叉反应性较低。因此,建议小麦过敏患者可采用食物替代疗法,如用燕麦、玉米、小米等代替小麦,但应避免食用大麦和黑麦。”胡旭贞说。

胡旭贞叮嘱小李,严格禁食小麦制品,因为小麦中的麸质(面筋)是主要的致敏成分,而小麦中的非麸质成分也可能引起过敏。如果误食,6小时内不能运动,出现轻微过敏反应时需立即口服抗过敏药。

生活中如何预防严重过敏反应? 谨记这五点

生活中,还有哪些过敏反应需引起重视?胡旭贞介绍,在日常生活中,除了小麦过敏外,牛奶、鸡蛋、鱼、贝壳海产品、花生、大豆、核果类等食品也会引起过敏,而且在进食这些食物后立刻运动也可能导致严重过敏反应。由于有些过敏原并不常见,因此许多过敏性疾病患者未能找到真正的过敏原,导致病情反复加重、迁延不愈。此外,除了运动,疲劳、酒精、雌激素变化、解热镇痛药,甚至心理状态,都可能放大过敏反应,成为过敏性休克的

诱因。

为了预防严重过敏反应,胡旭贞建议注意以下几点:

- 1、避免摄入已知的致敏食物;
- 2、进行剧烈运动前,随身携带可自动注射的肾上腺素和抗组胺药物;
- 3、有过敏病史者,应尽早到设有“过敏反应专科”的医院明确病因;
- 4、若误食致敏食物,6小时内避免运动;
- 5、一旦发生过敏反应,应及时就医。

记者 庞锦燕
通讯员 戴祎宁 文/摄

这种病已悄悄盯上年轻人 医生:记住,年轻不是护身符!

你以为脑梗是老年人的“专利”吗?错!近年来,脑梗死的发病年龄越来越年轻化,二三十岁就中招的案例屡见不鲜。春节期间,北仑区人民医院(浙大一院北仑分院)接连收治了两例年轻的脑梗死患者。

忽视高血压 26岁女子被脑梗突袭

26岁的小丽(化名)体型略胖,两个月前她被诊断出患有高血压,医生为她开具了降压药物。然而,服药仅仅两天后,她便自行停药,心里想着血压应该已经恢复正常了,此后也没有再监测过血压。近日,她突然出现言语含糊不清、左手活动不灵等症状,持续十余分钟后好转,她并未在意。然而,后来类似症状逐渐加重,最终持续无法缓解。

在家人的劝说下,小丽来到医院就诊。医生初步判断为脑梗死,建议她立即住院治疗。但小丽坚决拒绝:“我这么年轻,怎么可能得脑梗?”她坚持先做颅脑磁共振(MRI)检查。结果,MRI显示右侧基底节区梗死,入院后测血压更是高达200/120mmHg!经过积极治疗,小丽的病情逐渐好转,但这次经历也给她敲响了警钟。

烟酒不离手,熬夜成常态 33岁男子小脑大面积梗死

33岁的小童(化名)是个典型的“夜猫子”,烟酒不离手,熬夜更是家常便饭。几天前,他在一次醉酒后出现头晕症状,自以为是喝多了,并未重视。直到走路东倒西歪,他才意识到问题的严重性,匆忙赶到医院。结果,颅脑MRI提示小脑大面积梗死!更令人震惊的是,入院后小童还被查出患有高血压和糖尿病!面对诊断结果,他难以置信,反复追问医生:“我这么年轻,怎么会得脑梗?”医生耐心解释,长期吸烟、饮酒、熬夜等不良生活习惯,加上高血压、糖尿病等基础疾病,都是导致脑梗死的高危因素。然而,小童仍难以接受这个残酷的现实。该院神经内科方兴主任提醒,这

两例年轻的脑梗死患者给我们敲响了警钟。脑梗死不再是老年人的“专利”,记住,年轻不是护身符。在日常生活中,年轻人一定要养成良好的生活习惯,合理饮食,适量运动,戒烟限酒,避免熬夜。定期体检,及时发现和控制高血压、高血脂、糖尿病等慢性疾病。

近期气温多变,建议做好保暖工作,高血压、糖尿病等脑卒中高危人群按时服药,保持健康的生活方式。如果出现言语不清、口角歪斜、肢体麻木无力、头晕行走不稳、头痛恶心呕吐等症状,要及时就医,切勿拖延,以免错过最佳治疗时机。
记者 陆麒雯
通讯员 杨梦园 王鑫 文/摄



医生查房中。