

中文題目：台灣地區常見過敏原之介紹

英文題目：The most common allergens in Taiwan

講 座：蔡肇基

服務單位：國泰綜合醫院 過敏免疫科

## 常見的吸入性過敏原

台灣地區常見的吸入性過敏原主要有家塵蟎、黴菌、蟑螂、花粉及寵物等，分述如下。

### 家塵蟎過敏原

塵蟎之排泄物是家塵中最主要之過敏原，蟎蟲是微小昆蟲，它靠人及動物皮屑為生，因此家裡的床墊、棉被、枕頭、床單、地毯、絨毛之沙發及背墊、填充玩具等等都有其足跡，由於其糞便大小剛好能進入人體的氣管並造成氣管過敏而導致氣喘的發作。所以這也就是氣喘患者為什麼常常會在更換床單、整理棉被及地毯時發病的原因。

### 黴菌過敏原

黴菌是僅次於家塵蟎之重要過敏原，它的孢子也能隨空氣被吸進人體之肺部造成過敏。居家環境中的每一個陰暗、潮濕的角落都是黴菌孳生的地方。無黴菌的居家環境對過敏病患相當重要。

### 蟑螂過敏原

蟑螂也是台灣地區常見的過敏原。蟑螂是生存在地球最久的生物之一，它主要是靠人類吃剩之殘留食物為生，並居住在廢水下水道，因此在我們居家環境中應該盡量減少殘留食物之貯存，並把食物貯存好，使蟑螂無食物維生，其糞便或爬過的東西都應隨時清洗。

### 花粉過敏原

花粉造成之氣喘在台灣並不罕見，在季節性發作的氣喘患者就應該考慮到此種過敏原。不過，會造成過敏的花粉通常是風媒花，因風媒花的花粉較細小，能隨風飄送而進入您的呼吸道。如

果您的氣喘病屬於季節性，則應該找到致敏的花粉，並盡量減少到郊外的時間，相信對您的病症會有所幫助。

### 寵物過敏原

貓、狗及鳥等動物的皮屑及排泄物也是重要的過敏原，飼養寵物的過敏患者應盡量禁止它們進入您的房間，尤其是臥室。根據我們統計氣喘病人之過敏原發現，22%對狗皮屑、8%對貓皮屑過敏，事實上有很多病人家中並沒有飼養寵物，這種過敏原是間接經由公眾場所媒介而致敏的。寵物的皮屑會附著在人的衣物上，尤其是毛衣，而且不容易清除，如果寵物會掉毛，情況就更嚴重，因此建議家有飼養貓狗等寵物者要經常幫牠洗澡，並且不要與寵物共用一張床，最好把寵物養在室外。此外毛衣容易附著一些皮屑應定時清洗。這樣就可以減少寵物過敏的發生。

### 常見的食物過敏原

由食物引起的過敏反應起因於食物中的過敏原。經常會引起過敏的蔬果有很多，蔬菜類有芹菜、胡蘿蔔、蕃茄、馬鈴薯；種子類有向日葵種子、hazel fennel；水果類有蘋果、香蕉、草莓、哈密瓜、西瓜、橘子、梨子、桃子、櫻桃等，由於這些過敏原很容易破壞，因此只要煮熟即可以安心服用。所以有些人不能吃新鮮草莓、蘋果，但是草莓果醬及蘋果餅乾卻可以吃，就是因為過敏原已經被破壞所致。我們統計 1,070 位各年齡層氣喘病人四種最常見的過敏食物——蛋白、牛乳、蝦子、花生之過敏率與過敏程度，並且依病人血清中過敏原特異型抗體 IgE 之濃度高低分過敏程度為嚴重、中度及輕度三種，結果發現食物過敏之程度皆僅達中度，造成過敏或氣喘發作程度較吸入性過敏原輕。

**環境中之過敏原種類與濃度影響過敏盛行率，氣喘病人對家塵蟎的過敏反應與 IgE 抗體隨環境中塵蟎不同而有所差異，不同地區的過敏原引起的過敏反應也不同。**

在台北地區氣喘病人家中找到的塵蟎主要是歐洲室塵蟎 (Dermatophagoides pteronyssinus; Dp)、熱帶無爪蟎 (Blomia tropicalis; Bt) 及美洲室塵蟎 (Dermatophagoides farine; Df) 三種，分別占有率為 45.4%、41.7%及 7.3%，其他種類塵蟎僅占 5.6%。雖然每種塵蟎都有可能引起過敏反應，但是由於主要過敏原的相

似性，所以很難測出各種塵蟎引起過敏反應之比率。如果以這些塵蟎萃取液來測試皮膚過敏反應，88.3%病人對 Dp 呈陽性反應，85.0%對 Df 呈陽性反應，73.3%對 Bt 呈陽性反應。這種與家塵蟎數量不一致的原因，可能是因為 Dp 及 Df 之抗原性過於接近。不過值得注意的是有 6.7%病人僅對 Bt 呈陽性反應，這些病人對 Dp 及 Df 沒有反應，無法以一般商業用的塵蟎萃取液來測出。我們使用免疫吸附法來測 Bt 的特異性 IgE，結果發現這些病人的 IgE 有一部份無法被 Dp 中和，因此證實 Bt 有其特異的抗原性。影響病人產生過敏的因素除了環境中塵蟎濃度之外空氣污染指標（如臭氧濃度）也與過敏反應關係非常密切，如果同時接觸到過敏原及高指標的空氣污染，肺敏感度及過敏原抗體都會增加。