

16 | 藥物過敏、食物過敏怎麼辦？

過敏可能表現為疹子、蕁麻疹、嘴唇腫脹，嚴重時會出現呼吸困難、喉嚨緊縮、頭暈欲昏倒。但並非所有疹子都是過敏：感冒等感染也可能引起蕁麻疹，兒童尤其常見；服藥後噁心、腹瀉，也常是藥物副作用，不一定是過敏。

懷疑過敏時的處理

- **拍下疹子照片：**疹子有時在看診前即已消退，照片有助於判斷。就診時請攜帶藥袋或食物包裝。
- **懷疑藥物過敏：**先停用可疑藥物，並儘快聯絡醫師調整；不宜將原本所有藥物一次全部停用。
- **懷疑食物過敏：**先避開明確可疑的食物即可，過去食用無不適的食物不必全部停止。
- **請勿自行再次試吃或試藥確認，**過敏反應可能一次比一次嚴重。

僅有疹子時的觀察重點

嚴重過敏可能迅速惡化，即使僅有疹子，也應留意後續是否出現呼吸困難、腫脹或頭暈。**口服抗過敏藥物可減輕搔癢，但無法取代嚴重過敏時注射急救藥物的效果。**曾發生嚴重過敏反應者，可與醫師討論急救計畫，以及是否需要隨身攜帶腎上腺素自動注射筆（台灣需另行訂購），並讓家人了解求救方式。

記錄確切藥名的重要性

購買成藥、更換診所或看牙醫時，都請主動告知藥物過敏史。**最好記下確切藥名與當時的反應（可拍下藥袋保存）**，而非僅記得「對某一類藥物好像過敏」。若僅有模糊記憶，醫師無法確認是哪一種藥物，只能避開一整類常見的過敏藥物，可選擇的治療反而因此減少。

立即撥打 119：呼吸困難、喉嚨緊縮、聲音突然改變、昏倒，或虛弱無法行動。嚴重過敏也可能完全沒有疹子。若出現大片水泡、皮膚脫落、口腔或眼睛潰爛合併發燒，也請立即至醫院就醫。

回診時機

疹子持續、反覆發作或原因不明，都應評估；無法確定是否為過敏時，也歡迎至診所諮詢。

本衛教單提供一般性資訊，實際檢查與治療請依醫師指示。

吉禾診所 | 新北市新店區民族路 42 號 | 電話 (02) 2916-0808