

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章／內容／資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章／內容／資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

《消費者委員會條例》第二十條第(1)款其中有規定，任何人未經委員會以書面同意，不得發布或安排發布任何廣告，以明示或默示的方式提述委員會、委員會的刊物、委員會或委員會委任他人進行的測試或調查的結果，藉以宣傳或貶損任何貨品、服務或不動產，或推廣任何人的形象。有關該條文的詳情，請參閱該條例。

本會試驗的產品樣本由本會指定的購物員，以一般消費者身份在市面上購買，根據實驗室試驗結果作分析評論及撰寫報告，有需要時加上特別安排試用者的意見和專業人士的評論。對某牌子產品的評論，除特別註明外，乃指經試驗的樣本，而並非指該牌子所有同型號或不同型號的產品，也非泛指該牌子的所有其他產品。

本會的產品比較試驗，並不測試該類產品的每一牌子或同牌子每一型號的產品。

本會的測試計劃由本會的研究及試驗小組委員會決定，歡迎消費者提供意見，但恕不能應外界要求為其產品作特別的測試，或刊登其他非經本會測試的產品資料。

敏感發作 如何用藥紓緩？



經常打噴嚏、流鼻水或皮膚痕癢等，都是敏感的徵狀，敏感症患者注意力受影響難以集中工作，生活上造成不便外，亦影響睡眠質素。哪些藥物可以紓緩問題？副作用會否很嚴重？

敏感反應

當免疫系統發現身體遇上有害物質，例如細菌、病毒和毒素等，就會產生抗體加以保護，以免受到感染繼而發病。然而，如果身體對於一些通常不會有害的物質產生過度免疫反應，就屬過敏 (allergy)，而那些會引起過敏反應的物質就是過敏原 (allergen)。

人體內的免疫B細胞在初次接觸過敏原時，會產生特定的戊型免疫球蛋白IgE，這些IgE會與肥大細胞表面結合。當人體其後再接觸到相同的過敏原時，過敏原會與肥大細胞上的IgE結合，誘發肥大細胞釋出發炎物質，例如組織胺 (histamine)、白介素 (interleukin)、細胞激素 (cytokine) 等，引起不同程度的過敏反應。一般在暴露於過敏原的身體部位出現的症狀都只是輕微的過敏徵狀，如皮膚出現紅疹、痕癢或局部範圍的紅腫，又或是流鼻水、打噴嚏、眼睛痕癢、流眼水等。然而，有時過敏反應可以引致較嚴重和危險的情況，例如喉嚨和氣管腫脹導致呼吸困難、血壓急劇下降和休克等。

過敏原

常見的過敏原包括：

- 飄浮於空氣的物質，如花粉、動物皮屑、塵蟎和黴菌
- 日常接觸的物質，如乳膠製品、化妝品、金屬飾物（尤其是鎳製品）等
- 某些食品，特別是花生、堅果、小麥、大豆、魚類、貝類、雞蛋和牛奶
- 昆蟲叮咬，如蜂蜇或馬蜂蜇傷
- 藥物，例如抗生素（例如含青黴素的藥物）和疫苗

過敏反應測試

有些人經常出現過敏反應，卻無法在日常生活中觀察到自己對哪些物質過敏，或可在諮詢醫生意見後，接受過敏反應測試。常見的方法包括皮膚試驗或進行抽血化驗，而對食物過敏的最直接測試方法是進食有關的食物。

皮膚試驗常見有兩種做法，皮膚點刺測試是將小量含有懷疑過敏原的物質的液體刺入受測試者的皮膚表層，醫生在15至20分鐘後觀察皮膚出現的反應來評估是否對該物質過敏；另一種是皮膚貼布測試，是把載有懷疑過敏原的物質的貼布，貼在受測試者的皮膚上，2至3天後讓醫生觀察身體的反應，這方法的好處是不需刺穿皮膚，減低創傷性，但需時較長。

另一種方法是驗血，抽取幾毫升的血液已經足夠，用以提煉血清，把血清與懷疑過敏原的物質混合，讓儀器量度血清中是否有戊型免疫球蛋白IgE會與該物質產生反應。須注意的是，如果化驗只是「定性」而沒有「定量」，亦即只要發現有一點點反應都判斷是對該物質「過敏」，就有可能出現有些人接受驗血檢查後，驗出對許多物質都過敏的結果。因此，患者最好在醫生指導下才接受這種測試，以免錯誤解讀結果而出現不良後果。

香港醫學會副會長兒科醫生陳以誠提醒患者，做這類過敏反應測試之前的3至4天開始，不可服用任何含有抗組胺的藥物，包括任何劑型，以免影響測試的準確性。

藥物紓緩過敏反應

若患者知道自己對哪些物質產生過敏反應，避免接觸這些過敏原是最有效的預防方法。然而，如果患者並不清楚影響自己的過敏原，或不能避免接觸有關的過敏原，就可能需要使用合適的藥物來紓緩徵狀，而當患者出現嚴重的過敏反應如休克或呼吸困難等，便必須立即送院治理。

常用的抗過敏藥物包括抗組胺、皮質類固醇、通鼻塞藥和白三烯受體拮抗劑 (leukotriene receptor antagonists)，有不同的劑型如口服、噴鼻或外塗等。這些藥物部分可自行從藥行或註冊藥房購得，一些則必須有醫生處方及藥劑師監售，無論如何，在使用任何藥物之前，患者宜先徵詢專業醫護人員的意見。

抗組胺

組織胺是由一種稱為組胺酸 (histidine) 的胺基酸衍生而來，主要儲存於人體的肺、皮膚和胃黏膜的細胞中。當人體的免疫系統發現外來有害物質時，會產生免疫反應保護身體，過程中會導致釋放組織胺，引起小血管擴張和有關部位周圍的皮膚或組織腫脹。敏感症患者的免疫系統會把過敏原視作外來有害物質，繼而釋放組織胺。抗組胺藥物能拮抗在氣管或血管細胞的組織胺受體，達到「拮抗」組織胺的作用，因而能紓緩敏感徵狀，但不能預防鼻敏感。抗組胺藥物大致可以分為第一代和第二代兩種。

第一代抗組胺藥物對中樞神經的鎮靜作用較強，服用後有機會出現昏昏欲睡的情況，服用者不宜駕車或操作危險性高的機器，這類藥物例子有溴苯那敏 (brompheniramine)、氯苯那敏 (chlorpheniramine)、桂利嗪 (cinnarizine)、賽克利嗪 (cyclizine)、賽庚定 (cyproheptadine)、苯海拉明 (diphenhydramine) 和異丙嗪 (promethazine)。口乾亦是這類藥物的常見副作用。

第二代抗組胺藥物脂溶性較低，對中樞神經系統作用較小，服用後較少會出現昏昏欲睡的情況，藥物例子有西替利嗪 (cetirizine)、地氯雷他定 (desloratadine)、非索那定 (fexofenadine) 和氯雷他定 (loratadine)，當中以西替利嗪較有可能引起睡意。這類藥物有可能引致心跳不規律，尤其在與抗生藥中的紅霉素同服後較易有此問題。

香港醫學會副會長兒科醫生陳以誠表示，第一代與第二代抗組胺藥物同樣能收鼻水和減低鼻黏膜的血管擴張，但第二代的效力持久些，可以減少服用分量或次數，減少昏昏欲睡的副作用。由於2歲以下的幼兒會否因用藥而入睡問題不大，陳醫生不建議家長自行為幼兒改用第二代抗組胺藥物。

口服的抗組胺藥物能減輕過敏引起的流鼻水，亦可幫助紓緩皮膚紅腫或痕癢等症狀。至於含抗組胺成分的噴鼻劑，例如氮卓斯丁 (azelastine)，有令服用者口中有苦味、頭痛及昏睡等副作用。

香港醫院藥劑師學會會長崔俊明藥劑師指出，現時有關抗組胺的安全性資料顯示，長期服用是安全的，副作用輕微，而第一代及第二代藥物的安全性相若，但須注意部分抗組胺藥物不適合患有青光眼、嚴重高血壓、冠心病、尿液滯留或前列腺增生的人士，服用前應諮詢醫護人員的意見。

通鼻塞藥

通鼻塞藥可減低鼻腔內血管腫脹，因此能令呼吸較為暢順，可分為口服及外用劑型。

常用的口服通鼻塞藥有偽麻黃鹼 (pseudoephedrine)、去氧腎上腺素 (phenylephrine) 和苯丙醇胺 (phenylpropanolamine) 等。口服通鼻塞藥的主要副作用是令服用者血壓上升和心跳加速，因此孕婦、高血壓、甲狀腺素高、心臟病、糖尿病、青光眼或前列腺肥大的患者不應使用；另一副作用是令人難以入睡。

外用通鼻塞藥可避免口服藥物的全身性副作用，例如血壓上升和心跳加速，然而，連續使用外用通鼻塞藥超過7日可能會引起反彈性鼻充血，因此不建議經常或長期使用。外用通鼻塞藥的例子有羟甲唑啉 (oxymetazoline) 和賽洛唑啉 (xylometazoline)。



含通鼻塞成分的噴鼻劑有不同的配方分別給不同年齡的人士使用，用前應仔細閱讀標籤說明。

用法	For external use only
<ul style="list-style-type: none"> ● 適用於2-6歲小童 ● 當鼻塞時，每鼻孔使用1-2滴，一天內不可使用超過3次 ● 可以連續使用7天，或按醫生指示使用 	劑量：成人及六歲以上小童，每天用兩次 每次將噴霧器置於鼻孔內噴兩至三次。
注意：忌食。2歲以下兒童只可於	Keep out of reach of children Jauh dari kanak-kanak

白三烯受體拮抗劑

白三烯受體拮抗劑 (leukotriene receptor antagonists) 直接抑制致炎物質白三烯 (leukotriene)，用作治療持續性鼻敏感和哮喘，能改善鼻塞、流鼻水、打噴嚏和鼻子痕癢等過敏性鼻炎徵狀，亦能防止氣管發炎及收窄，藥物例子有孟魯司特 (montelukast)。白三烯受體拮抗劑的副

Cyproheptadine HCl (anhydrous) 4mg

Adult Dosage: Take 1 - 5 tablets daily in divided doses, or as directed by the doctor.
 成人服法：每日服1至5片，分數次服，或遵照醫生指示服食。

Caution: This may cause drowsiness. If affected, do not drive or operate machinery.
 注意：此藥可使人昏昏欲睡，服後如有此情形，不得駕駛或動用機械。

服用第一代抗組胺藥物後，不宜駕車或操作危險性高的機器。

作用包括頭痛、腹痛、口乾、胃部不適等，亦有報告指兒童服用這類藥物可能會引致過度活躍症。陳醫生指這些副作用屬罕見，家長不必過份憂慮。

皮質類固醇

皮質類固醇(corticosteroid)類藥物以快速消炎聞名，含有皮質類固醇成分的消炎噴鼻劑或外用藥膏分別在上呼吸道及皮膚起作用，進入循環系統的劑量較少，長期使用低劑量的副作用也相對地比口服皮質類固醇為少。

噴鼻劑

皮質類固醇噴鼻劑(intranasal corticosteroid)適合患有持續性鼻敏感的人士使用。氟替卡松(fluticasone)、倍氯米松(beclomethasone)或布地奈德(budesonide)是常見的皮質類固醇噴鼻劑成分，能抑制組織胺，減輕鼻黏膜炎症和舒緩鼻塞，預防鼻敏感。除二丙酸倍氯米松噴鼻劑可在社區藥房由藥劑師監售外，其他含皮質類固醇的噴鼻劑必須有醫生處方才可在社區藥房配售。

噴鼻劑的一般用法如下(個別牌子可能有分別，請參考說明書)：每天噴一至兩次，噴前先搖勻噴劑，以手指按着一邊鼻孔，再將噴劑放近另一邊鼻孔，朝鼻孔按掣一至兩下把藥水噴入鼻孔，並同

時吸氣，之後以同樣方式噴入另一邊鼻孔，每個療程一般連續噴一至兩星期，不要間斷。應參考說明書清潔噴嘴，以確保衛生。若有一段時間未有使用該噴鼻劑，應先向空氣噴一下，讓藥物先行灌注噴管內，確保有足夠劑量才向鼻孔內噴射。參考噴鼻劑的說明書，在噴射了一定次數後，瓶內餘下的藥物分量未必能使每一噴射含有足夠的藥物劑量，應立即棄掉。長期使用皮質類固醇噴鼻劑，較常見的副作用是令鼻膜變薄，患者有可能較易流鼻血。

陳醫生認為，皮質類固醇噴鼻劑能消炎消腫，每次使用分量不多，不必太害怕吸收過多而產生副作用；又指市面還有一些含鹽水的洗鼻劑，以滲透作用使水分從黏膜流出以幫助消腫，對舒緩病情有輔助的效果。

外用藥膏

外用皮質類固醇藥膏可有效抑

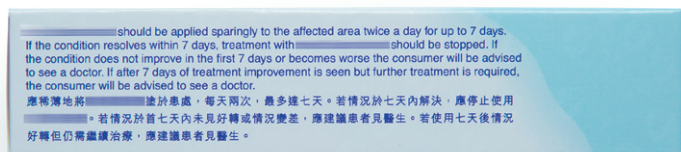
制皮膚敏感發炎徵狀，為舒緩皮膚過敏徵狀及濕疹的首選藥物。不同的皮質類固醇的藥效因其消炎能力而有分別，製成油膏後的藥效亦較製成乳劑為強。反覆、長期或大量使用外用皮質類固醇，會增加皮膚色素異常、真皮萎縮、皺紋、微絲血管擴張、感染等風險，因此，應遵照

醫生建議的療程使用皮質類固醇，切勿胡亂塗搽，敏感徵狀消褪後便不應再塗搽。藥物例子有氟輕鬆(flucinolone)、氯倍他松(clobetasone)及倍他米松(betamethasone)等等。

正確使用皮質類固醇藥膏注意事項

- 使用藥膏時，只須輕輕薄搽患處即可；塗搽後洗手，以免誤吞
- 除非醫護人員指示，避免塗搽在眼部及附近位置、生殖器官及黏膜位置
- 除非醫護人員指示，否則塗搽後毋須蓋上敷料，以免增加皮質類固醇的吸收，令副作用增加

如沒有醫護人員的特別指示，皮質類固醇藥膏一般不應連續使用超過7天。



選擇性抗炎胞質激素抑制劑藥膏

選擇性抗炎胞質激素抑制劑(selective inflammatory cytokine inhibitors)是一種較新非類固醇類的控制濕疹藥膏，例如吡美莫司(pimecrolimus)及他克莫司(tacrolimus)，適用於中度至嚴重的濕疹，透過抑制及穩定免疫系統以達到抗濕疹的療效，適當使用可減少使用外用皮質類固醇，價錢比皮質類固醇藥膏昂貴，由於這兩種藥物未有長期用藥安全的數據，病人應按照醫生及藥劑師的指示，小心使用。

不要擦損鼻子

陳醫生提醒鼻敏感患者，切忌因鼻子痕癢而經常挖鼻，因為挖鼻有可能弄損鼻腔，引致感染，加劇紅腫和痛楚，有可能需服用抗生素；如鼻內經常感染，更有可能變成鼻竇炎，嚴重者或需手術治理。



含皮質類固醇的噴鼻劑。



◀ 使用噴鼻劑時，以手指按着一邊鼻孔，再將噴嘴放近另一邊鼻孔，按掣向鼻孔內噴出藥水，並同時吸氣。