

## 痒痒痒！你可能是过敏了

本报记者 麦博 通讯员 李敏

你有没有试过？在草地上或者树下站了一会，突然感觉奇痒难耐，用手轻轻摸了一下，然后抓了又抓，越抓越痒，越痒越想抓，低头一看，皮肤上多了十几个凸起，此时，你可能得了急性荨麻疹！在7月8日世界过敏性疾病日来临之际，记者特意采访了广州医科大学附属第二医院皮肤科的主治医师黄清华，为大家科普过敏性疾病之一——荨麻疹的知识。

### ■ 荨麻疹是一种过敏反应

2005年6月28日，WAO联合国变态反应机构共同发起了对抗过敏性疾病的全球倡议，将每年的7月8日定为世界过敏性疾病日。旨在通过增强全民对过敏性疾病的认识，共同来预防过敏反应及过敏性哮喘。而今天科普的主角“荨麻疹”就属于一种过敏反应。

什么是荨麻疹呢？黄清华科普道，它

是一组以风团样丘疹、结节、奇痒为特征的类症性皮肤病。病因尚未十分明确，多数学者认为与超敏反应有关，也可能与神经精神因素、遗传、过敏体质、虫咬、食物或药物过敏、病灶感染、胃肠道功能紊乱、内分泌障碍及恶性肿瘤等有关。营养不良及卫生条件较差者易患此病。

### ■ 荨麻疹分为三种

荨麻疹分为三种，急性、慢性和系统疾病的荨麻疹样皮损表现。其中，急性荨麻疹包含两种，一种是急性单纯性荨麻疹即丘疹性荨麻疹，与昆虫叮咬、肠道寄生虫及某些食物有关。多累及儿童及青少年，易于春夏秋温暖季节发病。好发于腰背、腹、臀、小腿等部位。皮损为红色风团样丘疹，直径1-2厘米，圆形或椭圆形，中央常有水疱，多群集或条状分布，很少融合，瘙痒及反复搔抓可继发感染。红斑和水疱可在短期内消退，丘疹消退慢，1-2周后逐渐消退，可反复发生。

文章开头提到的在草丛中或树下被咬就属于此类，黄清华告诉记者：“可能你自己没看见有蚊子咬你，但身上却

莫名其妙长了很多小包，这种可能是蚊虫咬的，蚊虫是肉眼看不见的，但遍布草席、竹席上，很多小动物身上也会带有这类虫子。”

另一种是成人荨麻疹又称暂时性或一过性荨麻疹。多见于中青年，以30岁以上女性多见。发病前常有疲乏、头痛、失眠及胃肠功能失调等全身症状。好发于躯干及四肢伸侧，肘、膝部明显，也可累及头皮、面部、臀部。基本皮损为小米至绿豆大小、淡红或肤色、多发性坚实圆形或顶部略扁平的丘疹，散在分布，亦可聚集成簇，但不融合。瘙痒剧烈，搔抓后出现风团样皮损及丘疹，反复搔抓可出现苔藓样变、色素沉着。2-3个月可自愈，但有时可复发。

### ■ 小儿荨麻疹需重视，会反复发作

慢性荨麻疹也包括两种，一种是小儿荨麻疹，又称Hebra荨麻疹或早发性荨麻疹，多发于3岁以前的儿童，特别是1岁左右。好发于四肢伸侧，常发生于丘疹性荨麻疹或荨麻疹之后，基本皮损为绿豆大小风团样丘疹，继而转变为肤色或淡红色质硬丘疹，称为荨麻疹小结节，多散在分布，亦可聚集成簇。黄清华指出，小儿荨麻疹时轻时重，因会反复发作和慢性迁延，亟需重视。有时可能会瘙痒剧烈，搔抓后皮肤常有抓痕、血痂，久之可出现皮肤苔藓样变、湿疹样变、化脓感染及腹股沟淋巴结肿大。

另一种是结节性荨麻疹，又称疣状固定性荨麻疹或结节性苔藓。为疣状结节性损害，好发于四肢，尤以小腿伸面多见。皮损初起为水肿性红色坚实丘疹，很快呈黄豆或更大的半球状结节，顶部角化明显，可呈疣状增生，暗褐色，常散在分布，数个到上百个，偶见密集成群。触之有坚实感。瘙痒剧烈，常难以忍受。消退后遗留色素沉着或瘢痕，也可因搔抓致苔藓样变。

而第三种荨麻疹——系统疾病的荨麻疹样皮损表现常见于妊娠、血液肿瘤及患有某种内分泌疾病或代谢障碍患者。

### ■ 荨麻疹的治疗方式

无论是哪种荨麻疹，特点都是很痒，那医生是怎么分辨它们的呢？黄清华表示，首先要根据病史、患者皮损的特点和临床表现（如非常激烈的瘙痒症状）考虑为荨麻疹，然后再根据患病时间的长短和皮损表现的特点确定荨麻疹的类型。此外，急性荨麻疹与荨麻疹、水痘很像，成人荨麻疹与特应性皮炎、慢性湿疹、疥疮等类似，结节性荨麻疹与结节性

类天疱疮、疣状扁平苔藓、结节性皮肤淀粉样变等相近，所以需要医生仔细鉴别，对症下药。平时生活中要注意避免各种可能的致病因素，如虫咬、局部刺激、胃肠道功能紊乱等，预防荨麻疹发生。

那么，荨麻疹该怎么治疗呢？黄清华介绍，治疗方法主要有外用药物治疗、系统药物治疗和物理治疗三种。

公益宣传

## 预防过敏 健康生活



7月8日  
世界过敏性疾病日

图源千图网