

过敏的人为什么越来越多

近年来，中国过敏性疾病的发病率不断上升，估计患病人群超过2亿，不仅影响人们的生活质量，严重者甚至会有生命危险。过敏性疾病已经成为全球第六大慢性疾病，成为目前亟待解决的难题。那么，是什么导致现在有越来越多的人过敏呢？

1. 过敏具有遗传性

如果父母都是过敏体质，子女有60%~70%的可能性也是过敏体质；如果父母中有一方是过敏体质，子女则有40%~50%的可能性被遗传。过敏家族史是导致儿童哮喘发生的危险因素，而过敏体质更是造成儿童哮喘的危险因素。

2. 生活中遍布过敏原

这是过敏性疾病发病和进展过程中非常重要的诱因。常见的过敏原有尘螨、真菌、花粉（树、牧草和野草）、动物的皮毛、食物、昆虫的唾液和毒液（通过叮咬传播）、橡胶制品、家用化学品等。尘螨是目前已发现的最强的过敏原之一，是引起室内过敏性疾病的重要因素。吸入性过敏原以粉尘螨、屋尘螨、动物皮毛为主；食物及其添加剂

类过敏原以牛奶、牛肉、鱼类混合物、鸡蛋白以及羊肉为主；接触性物质、化学类过敏原，则以细菌、甲醛等为主。

3. 季节和气候变化



我国大多数地区的花粉浓度高峰期会在春秋两季出现，春季（3~5月）主要致敏花粉为木犀科、杨属、柳属等树花粉，夏秋季（6~10月）主要为牧草、禾本科及植物杂草类植物花粉。我国致敏花粉种类众多，致敏花粉已成为我国北方最主要的室外过敏原，发病率占过敏性鼻炎患者的30%~58%。夏季因阳光中的紫外线充足，一部分患者还会出现光过敏。

气候变化也会影响呼吸系统健康，与过敏性呼吸道疾病和哮喘的发病相关，还会影响花粉过敏和花粉季节的持续时间和强度。大气中高浓度的二氧化碳会增强植物的光合作用和生殖功能，花粉的产生量明显增加；在洪水和暴雨来袭时，霉菌增殖显著，是导致严重哮喘的罪魁祸首。

4. 环境污染加剧

随着工业化进程的加快，大气污染加剧，大气污染主要包括室外污染和室内污染。我国的室外污染物主要包括

颗粒物、臭氧、二氧化硫以及氮氧化合物，室内污染物主要是甲醛和烟草。建筑材料、涂料、粘合剂等释放出的有害化学物质和家庭用的洗涤剂、漂白剂、芳香剂、杀虫剂、食品添加剂以及食品残留农药等，作用于人体器官，引起多种过敏症状和疾病，甚至会引起儿童白血病等。

5. 衣食住行的改变

相比过去的衣服以棉织品为主，现在的衣服材质中羊毛、尼龙、化纤、玻璃纤维的成分变多，这些材质的衣物极易引起人体过敏反应。随着生活节奏加快，越来越多的人喜欢吃半成品、速食品，其中一些防腐剂、食品添加剂、食用色素、调味剂等都可能引起过敏；几乎所有的食物或食品添加剂都有可能引发过敏反应，婴幼儿容易对牛奶、大豆、鸡蛋、花生和小麦等食物过敏，年长儿童和成人容易对坚果和海鲜过敏。装修材料可能诱发呼吸道过敏，镍合金镀铬的手表带、项链、衣扣等会引起接触性皮炎。人们外出机会增多，有些人对新的生活环境会出现“水土不服”的情况，表现为腹泻、哮喘等过敏症状。

6. 情绪性过敏

这种过敏是心理机制和生理机制共同作用的结果，尤其是过敏体质的人群，当他们出现愤怒、压抑、焦虑等不良情绪，出现交感神经兴奋时，皮肤中的神经递质会被大量释放，组胺、5-羟色胺等过敏介质也会被释放出来，不仅导致人体产生疼痛等症状，还会刺激皮肤出现麻疹、红疹、丘疹等过敏反应。

7. 药物过敏

药物过敏反应可以发生在各个年龄段。抗菌药物是我国近 10 年来最常引发药物过敏反应的因素，其中青霉素和头孢菌素等是致命性过敏反应最常见的诱发药物。使用放射造影剂的患者多合并呼吸系统或心血管系统的基础疾病，当出现过敏反应时，因其生理代偿机制受损导致预后很差。

8. 过度讲究卫生

“卫生假说”是指儿童在早期接触各种过敏原，可以帮助其免疫系统学习如何以无害的方式对过敏原做出反应，从而帮助儿童预防过敏性疾病的发生。研究发现，一些经常接触农场动物的孩子与不接触的孩子相比，哮喘和过敏性鼻炎的发病率要低。现代人非常注重卫生，这也使得人们与微生物“隔绝”，免疫系统缺少“锻炼”的机会，抗过敏的能力也明显下降了。

9. 防过敏意识提高

现在人们越来越注重健康，有调查发现，当孩子被检出对某种物质过敏时，家长会积极了解关于过敏性疾病的相关信息。随着人们认知水平的提高，可能会主动报告出更多的过敏情况。

了解更多健康资讯及往期推送

请关注烟台市烟台山医院微信订阅号或前往官方网站健康科普专栏



关注医院订阅号
掌握健康资讯



医院官方网站
健康科普专栏



烟台市烟台山医院

三级甲等综合医院 三级甲等妇幼保健院