

食物測試

Food Challenge

卸責聲明：本事實說明書純屬教育用途。請教你的醫生或其他健康專業人士，確定本資訊適用於你的孩子。

Disclaimer: This fact sheet is for education purposes only. Please consult with your doctor or other health professional to make sure this information is right for your child.

食物測試是什麼？

What is a food challenge?

- 食物測試意指給你的兒童一種食物吃，以測定他是否對該食物過敏。
- 食物測試通常在醫院進行，可能在病房裡或門診部進行。有時候家長也可在家裡進行，如果嚴重的反應風險被視為低的話。

爲什麼你不能在皮膚或驗血上診斷過敏而必須作食物測試？

Why can't you diagnose allergy on skin or blood tests without doing a challenge?

- 皮膚測試反應大於某固定面積或驗血超過某固定程度，是可能預測出你的孩子對該食物有過敏，如果他們吃了該食物的話。
- 然而，現階段我們不知道以多大面積的皮膚測試反應或多高的血液測試程度，來百分之百精確地預測過敏現象。對於最近沒有對接受測試的食物有過敏反應的兒童而言，這尤其真實。
- 同時，即使測試可以預測你的孩子會有基於皮膚或血液測試而有的過敏反應，他們仍不能預測該反應有多嚴重。
- 許多呈陽性(肯定)皮膚測試或驗血反應的兒童，如果吃了該食物也不會有任何反應。
- 有時候兒童會對一種他們從未吃過的食物具有陽性皮膚反應；這並非總是意指他們對該食物過敏。
- 許多兒童對他們常吃的食物有陽性的皮膚測試結果，但無反應現象。
- 有些兒童的皮膚和某種食物接觸會發展出蕁麻疹，但如果吃了該食物卻無反應。
- 吃了某種食物後顯示一種過敏反應是完全確定過敏的唯一方法。

食物測試是如何工作的?

How does a food challenge work?

- 作食物測試當天，你的兒童要入住醫院的當天病房或去門診部。
- 如果你的醫生認為食物抗體驗血是必要的而且還未作過的話，就可能進行驗血。
- 緊急醫藥例如腎上腺素事先已準備好，萬一你的孩子在測試過程中發生過敏反應，就需要用藥。通常無須用藥，即使發生反應，過敏也可能自己消失。
- 你的孩子需要逐漸增加正在測試的食物的攝取量。
- 最好的辦法就是把這種食物和他們真的喜歡吃的東西例如蛋奶糕、水果濃汁或酸奶混在一起吃。如果你能把他們喜歡吃的軟性或液態食物帶來會有幫助的。
- 我們通常先給很小量(微量)的食物，然後每 20 到 30 分鐘再增加一點食量，或直到反應發生，我們必須停止測試為止。
- 如果你的孩子反應的方式不嚴重，例如只是出蕁麻疹，醫生可能決定以更大量的食物繼續測試，以測定在醫院外偶然大量攝取該食物時的結果。
- 如果你的孩子能吃下最後的測試食物量而無反應，我們會再觀察他們兩個小時，把回家路上的“延後”反應風險減到最低。

你從食物測試中學到什麼?

What will you learn from the food challenge?

- 你會知道你的孩子對該食物到底有無過敏反應。
- 你會知道多少食物量可引發過敏反應。但也許不知道構成嚴重反應的份量是多少。
- 如果你的孩子將來吃該食物大約同量時，你會對過敏反應的預期嚴重性有個概念。

為什麼食物測試反應是有用的?

Why is this useful?

- 如果你的孩子在測試當中沒有過敏反應，你和你的家人都可鬆一口氣。食物過敏可以是很大的焦慮來源。
- 知道你的孩子是否對某種食物有微量過敏，你就會知道是否該對可能隱藏在其他食物裡的微量之意外攝取有所擔心。
- 你會知道是否有必要避免例如標有“可能含微量核果，花生，蛋以及牛奶”等的食物產品。
- 未來的過敏反應不是百分之百可預測的，但如果你的孩子對相當大量的某食物有輕度反應，你就可以確定如果他們意外攝取了微量的該食物，反應不致於有生命危險。
- 本資訊在決定你的孩子是否該隨身攜帶愛皮筆(EpiPen)(緊急腎上腺素注射器)一事上是有參考作用的。

測試會不會有錯誤？

Can challenges be wrong?

- 沒有任何測試是完全準確的。孩子即使在測試中有嚴重反應，後來也可能沒有問題。
- 在罕見的情況下，在產生一個輕微反應的測試後，會發生更嚴重的反應，或孩子在測試當中沒有反應，但未來對同樣食物卻有反應的情況發生。
- 一種過敏的嚴重性或可能引發過敏的食物量都可能隨著時間而改變。
- 所以知道你的孩子沒有反應或只是輕微反應的食物耐量是很重要的。測試中所攝取的食物總量和一份正餐份量通常是類似的。
- 測試不能預測未來吃更大量的該食物會發生什麼事。
- 然而測試是我們目前所有的最可靠辦法。

作食物測試安全嗎？

Is it safe to do a challenge?

- 如果已經知道或強烈懷疑你的孩子對很小量的某食物有嚴重反應，我們就不會建議作該食物的測試。
- 該測試會以逐漸增量的方式進行，使你的孩子不會攝取超出為獲所需資訊所需攝取的必要量。
- 測試的進行會在能獲得快速治療的情況下進行，如果治療有必要的話。
- 在醫院裡進行測試，比在家或外面意外攝取某種食物來得安全。

蘭域悉尼兒童醫院 - 2005

© Sydney Children's Hospital, Randwick – 2005

悉尼兒童醫院

免疫傳染病部門

Department of Immunology & Infectious Diseases

Sydney Children's Hospital

High St

RANDWICK NSW 2031

電話: 61 02 9382.1111

網址: www.sch.edu.au