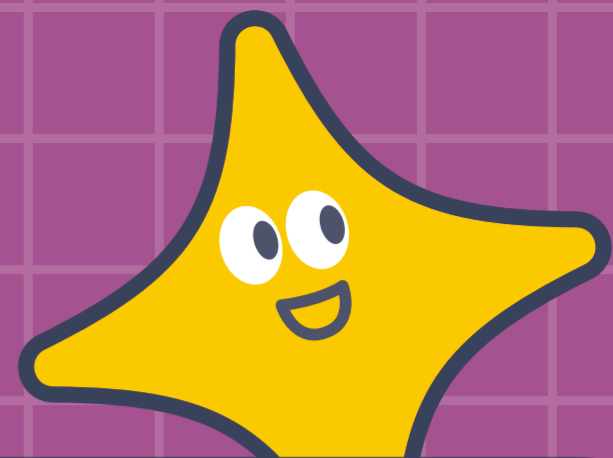
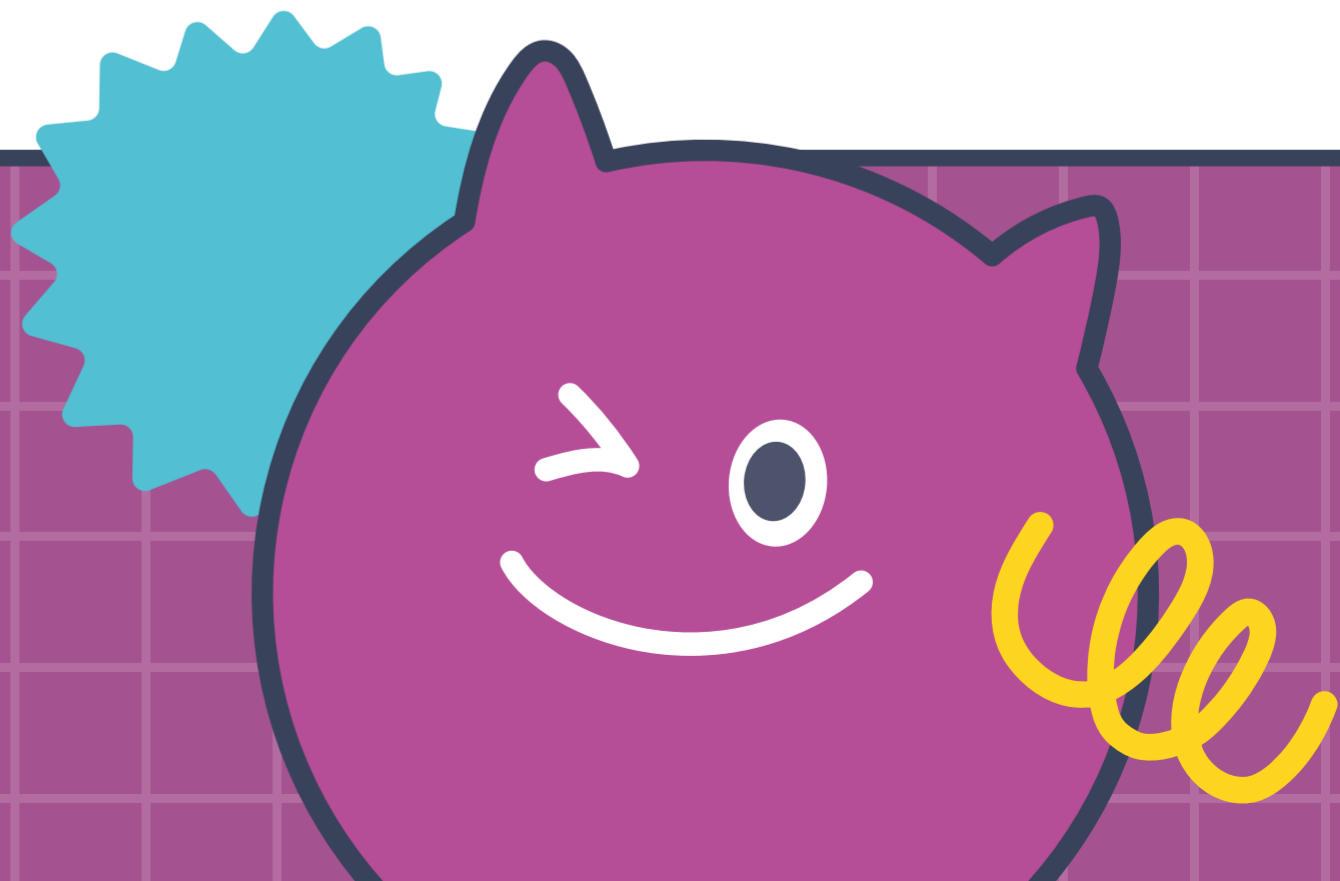


过脱敏
的自
在生活 ✨



健康大韩民国活动

大家一起来实践吧!
一定要记住的食物
过敏的预防管理守则



KDCA
疾病管理厅

Q. 食物过敏是什么？

接触了特定的食物后, 出现荨麻疹, 浮肿, 瘙痒, 腹痛, 呕吐, 腹泻, 咳嗽, 呼吸困难, 头晕等症状时, 就得怀疑是食物过敏了。

Q. 食物过敏的症状是什么？

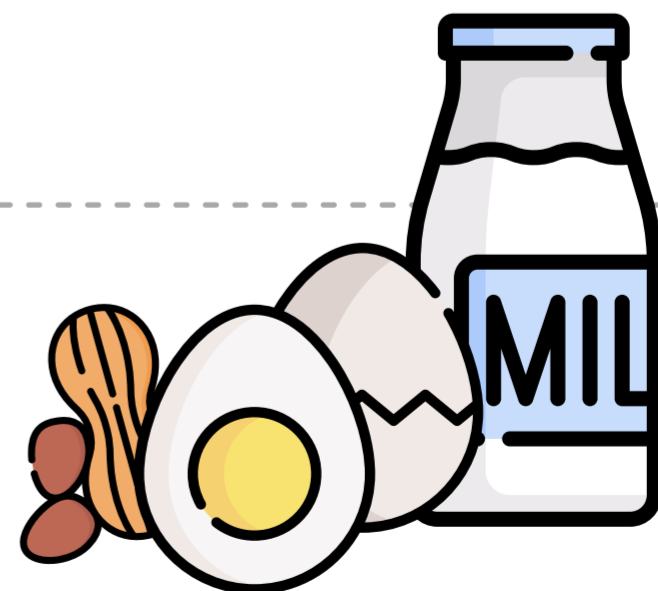
摄取食物后发生的副作用有食物过敏, 也有食物不耐受性!

食物过敏

在我们身体不需要反应的情况下, 免疫系统启动后出现的异常反应

食物不耐受性

因为消化过程中的问题而出现



Q. 食物过敏的原因是什么？

食物过敏是食物中的某种蛋白引起的异常反应。食物中的大部分蛋白质分解在在烹饪或消化时, 不经分解而被吸收到体内的一部分, 会引起过敏!

Q. 如何诊断食物过敏？

最正确的诊断方法是食物诱发检测。

食物诱发检测是指摄取可疑为过敏原的食物后, 医生用肉眼观察并诊断的方法。

可以说是比血液或皮肤反应检查更准确的方法。



Q. 了解一下食物过敏的预防管理守则吧!

1. 通过医生的诊疗, 诊断为食物过敏原时, 要限制过敏原的食物!

- 摄取食物前, 每次要确认是否含有与过敏原食物有常见的交叉反应的食物。

* 交叉反应: 含有与过敏原食物相似成分的其他食物也会出现过敏症状

- 请注意粘在烹饪器具和餐具上的少量的食物, 也会出现症状
- 注意接触或吸入过敏原食物
- 不必要的饮食限制, 会危害青少年的生长发育!

2. 为了应对突发情况, 食物过敏患者应随身携带应急药并熟记使用方法。

3. 通过定期诊疗和咨询, 确认食物过敏是否消失或新增。

- 食物过敏会随着年龄而变化, 因此需要定期诊疗。
- 食物过敏的治疗, 根据过敏原食物的种类, 严重程度和年龄而有所不同, 所以一定要听从医生的指示。



用正确的过敏信息， 守护珍贵的健康

🔍 现在搜索'要了解自己的身体'

疾病管理本部国家健康信息门户网站



过敏性皮炎哮喘教育信息中心



YouTube不要生病 TV

