



NEW WORLD TIMES  
全美首家中文简体字报纸  
1997年9月19日创刊  
www.newworldtimes.us

# 新世界时报

2026年  
3月27日  
第1490期  
每星期五出版 本期48版  
ISSN 1543-7930

## 季节性花粉过敏疗法正在兴起



身体是否有可能被训练,从而对季节性过敏产生抵抗力?这是一种新的免疫疗法所带来的希望,它正在复兴一种旧有的治疗方法。全球有超过4亿人罹患过敏性鼻炎——这是一种因吸入性过敏原引发鼻腔发炎的疾病。当免疫系统误把动物皮屑或尘螨等物质视为有害的时候便会触发症状,包括流鼻涕、眼睛痒、打喷嚏,严重起来会造成呼吸困难。因花粉而引起的季节性症状通常会被称为花粉过敏(hay fever)。

除了影响生活品质外,花粉过敏还可能造成严重的长期后果,包括发生呼吸道感染和哮喘的风险。

然而,过敏症专家表示仍然有好消息:目前已有高质、有效且安全的花粉敏感治疗方法。大多数方法都是治疗症状,但有一种过敏原免疫疗法(Allergen Immunotherapy, AIT)则更接近是“治愈”的方式,能“教导”身体减少对特定过敏原的反应,并有可能改变由花粉过敏导致气喘这个常见的路径。

可以从这些治疗中受益的人比当前接受治疗的人多得多。“很少有人能找到合适的人来治疗他们的疾病——而且通常在疾病初期、尚未复杂且易于治疗的阶段,他们也见不到这些他们。”斯卡丁说。

### 严重的健康问题

花粉过敏患者往往难以入睡,无法维持睡眠,并会感到疲倦或在夜间频繁地醒来。季节性过敏甚至会影响儿童的学业表现。过敏还可能带来其他健康后果。由于黏膜长期发炎,过敏患者发生呼吸道感染的机率也更高。有研究显示,他们的呼吸道感染次数可能是一般人的两倍。如果没有获得妥善的治疗,花粉过敏可能会导致严重的慢性上呼吸道疾病和耳部感染。

花粉过敏也可能进一步发展成气喘,特

别是发生在儿童身上。如果本身已有气喘,同时患有花粉过敏的人情况会更为严重。

美国新泽西州的儿科过敏专科医生、2023年美国儿科学会过敏性鼻炎评论报告作者巴里·科恩(Barrie Cohen)表示,“有一种概念叫做‘一条气管,一种病理’(One Airway, One Disease)”。她指出,上呼吸道的发炎会透过共享的免疫途径影响下呼吸道,这个过程可能会引发气喘。

### 长期的缓解

多项实验发现——包括一项在日本进行、参与者超过1,000人的试验——舌下免疫疗法在停止治疗后仍能持续改善症状,并且长达两年。

然而,专家指出,舌下疗法的主要问题在于其可治疗的过敏种类仍然有限。目前,美国食品药品监督管理局(FDA)核准的舌下免疫疗法仅涵盖尘螨、豚草花粉及草类花粉。“有许多我的患者是对树木花粉过敏——如果我想采用标准、经FDA核准的疗法,其实不能真的帮助他们。”科恩说。因此,她经常建议患者改为接受过敏原免疫注射。无论是经口含滴剂或注射,过敏原免疫疗法已证实能有效帮助数千名患者。一项研究比较了2007至2017年间,超过45,000名接受过敏原免疫疗法患者,以及同期被诊断患有过敏性鼻炎但从未接受免疫疗法的患者病历作对照,结果显示,接受免疫疗法的患者在花粉过敏与气喘相关药物的处方量上,有着更大幅度的减少。此外,他们被诊断出肺炎的可能性也较小。

过敏原免疫疗法甚至有机会预防气喘发作。在一项随机双盲试验中,超过800名对草花粉过敏、年龄介于5至12岁的儿童,有部分人接受了舌下免疫疗法,其余则服用安慰剂。在两年后的追踪中,与安慰剂组相

比,那些接受过过敏原滴剂的儿童在出现气喘症状或使用气喘药物的可能性降低约29%。

然而,如果患者本身已患有气喘,尤其是气喘严重或不受控时,可能无法接受过敏原免疫疗法。原因在于,尽管过敏性休克的生发机率依然极低,但当呼吸道本身就处于发炎状态时,风险会相对提高。

对于这类患者,或对单一免疫疗法不太有功效的人来说,还有另一项选择:生物制剂(biologic)。这类药物会针对引发过敏反应的关键免疫途径,阻断身体的发炎反应。

在某些情况下,生物制剂会与过敏原免疫疗法一并使用,与单独使用免疫疗法相比,这个组合可以将严重鼻部症状的机率降低约59%。“但它们无法像免疫疗法那样,能够诱导疾病的长期缓解,”德罕说,“而且它们的年费高达12,000至20,000英镑;我们刚才提到的免疫疗法——那些舌下片剂一年的费用少于1,000英镑(约1,300美元)。”

### 如何选择药物并减少触发因素

对于许多患者来说,这样的价格和治疗持续的时间可能是一个主要障碍。那么还有哪些其他选择呢?

“目前患者最容易取得、效果也最好的治疗,是含有抗组织胺(antihistamines)与类固醇的喷雾剂,”斯卡丁补充,它们本身的效果优于任何一种药物。德罕也表示,关键在于花粉季节开始之前就启动治疗,并且持续规律地使用,即使当日没有症状。“如果能做到这一点,不但能够有效治疗症状,也能预防发作。”他说。过敏症专家表示,正确使用喷雾剂的方式也非常重要。

斯卡丁指出,口服抗组织胺通常没那么有效,因为它们无法直接用于发生过敏反应的鼻黏膜,因此效果较弱,也需要较长时间才能生效。但如果你需要服用,需确保是较



WWW.newworldtimes.com

大华府社区健康服务中心健康讲台 老年健康及公共医疗福利资源在线系列讲座第四场预告  
**结肠癌,其实可以预防**

>>详见03版

缪传奇接棒李传明, 就任大专联第28届会长  
华府大专联领导层换届,新会长率常务理事团队就职暨33周年庆典

>>详见17版

华专联新一届工作团队召开  
线下会议共议2026发展规划

>>详见22版

2026拐点已至?房价走向何方?  
全球经济何去何从?

中美联合商会圆桌重磅对话 |  
三位顶级专家分享趋势与机会

>>详见28版

浙江电视台“闪光的少年”大华府  
DMV地区展演火热报名中,  
重展示,非比赛,有才艺秀出来

>>详见29版

新的(第二代)药物,例如西替利嗪(cetirizine)或氯雷他定(loratadine)。这些药物不但更加有效,亦比较不会引起嗜睡:第一代抗组织胺会明显造成疲倦,甚至有发现指出会提高车祸风险。

然而,对症状严重的患者而言,能减少的仍相当有限。而且散步、骑单车去工作、在户外玩球等,都是能够提高我们生活品质的日常乐趣,尤其在天气变暖后。

“对于大多数患者,我们其实有非常有效的治疗方法,”德罕说,“问题在于,它被轻视了,人们也不真正知道该如何正确地治疗它。”(作者:Amanda Ruggeri,本文转自BBC中文网,不代表本报的观点和立场)



GOLDEN LAND GROUP  
OF NORTHPROP REALTY

## 全职房地产经纪专家

服务于MD、DC、VA

- 热情耐心
- 专业勤奋
- 了解市场
- 口碑一流



郭鸣

陈晨

James Guo

Helen Chen

443-854-5399

443-939-1380

mingguo@northproprealty.com

chenchen@northproprealty.com

Address: #12230 Clarksville Pike, Suite A, Clarksville, MD 21029 Office Phone: 410-531-0321