

别不信 世上真有“水果病”

炎炎夏季来了,盛夏的水果可以吃起来了。但是,有人吃了差点丧命。“芒果病”“菠萝病”听说过吗?世界上真有“水果病”?据说小孩子更容易中招?这到底是怎么回事?

什么是“水果病”?先来看一个案例。

“吃个芒果,中年男子差点丢了命!”此前,有媒体报道,市民李先生晚上惬意地在家啃着一个芒果,刚吃了一大半,他突然感到胸闷憋气,晕倒在地不省人事,幸亏家人就在身边,约半小时就将他送到医院,经紧急救治后化险为夷。接诊医生说,突发急症的李先生是因为芒果过敏导致的喉头水肿,送到医院时气管已被堵了大半。据收治医院介绍,这样的水果过敏,一年要收治十多例,不算少见,患者晕倒在地其实是过敏性休克的表现,及时进行抗过敏治疗,患者会苏醒过来。

有人会纳闷,李先生以前难道没吃过芒果?不然如果知道自己过敏,为什么要铤而走险吃芒果呢?又或者李先生不知道自己过敏,以前吃芒果没事,那么水果过敏会突然发生吗?

报道显示,李先生半个小时后清醒过来回忆:当天下班时路过水果摊,闻到浓浓芒果香,就买了两斤,吃过晚饭后剥了一个,没想到半个下肚就觉得憋气,而后眼前一黑,什么都不知道了。听说芒果过敏险些要了命,李先生很惊讶——之前他也吃过芒果,“只是嘴巴周围有点痒,过两天就好了”,所以就沒把这事放在心上。

可见,李先生是有过敏先兆的。口唇周围瘙痒起水疱,正是芒果过敏发出的警示信号。也有人会说,“明明之前都可以吃芒果,怎么突然会过敏?”其实,熬夜、劳累、感染都会打乱人的免疫平衡,导致过敏发生。而一旦出现过一次过敏,之后过敏可能常常来袭。

人体可能过敏的水果五花八门,包括苹果、西瓜、桃子、橘子、西红柿、荔枝等。三种最常见的易过敏水果是:芒果、菠萝、猕猴桃,过敏症状通常为口唇发麻、瘙痒、荨麻疹等,严重的会发生喉头水肿甚至窒息、休克。这里跟读者一一说明。



A 芒果过敏“冷知识”

芒果里的一些成分和油漆里所含有的成分是相似的,对皮肤的黏膜有很强的刺激作用

吃芒果为什么会过敏

芒果的汁水所含一种叫“醛酸”的成分会对皮肤黏膜产生刺激从而引发过敏。芒果里还有一些成分和油漆里所含有的成分相似,对皮肤的黏膜有很强的刺激作用。有些人在吃芒果的时候,特别容易把芒果汁沾到脸颊和嘴唇的部位,由此会刺激到脸部的皮肤而造成发炎、红肿的情况。芒果过敏的时候,虽然不会有什么生命危险,但非常痛苦,处理不当还会出现水疱。

芒果过敏症状有哪些

1.面部红肿、发炎

芒果过敏症状中最典型的就是过敏者出现面部红肿,口周面部红肿最为常见。这是因为,大部分人吃芒果时喜欢剥了芒果的皮,直接将芒果送入口中。这样一来,芒果汁、果肉就会沾在口周脸颊,当皮肤接触芒果里大量的易致过敏的果酸、蛋白质及氨基酸,就会引发过敏。

2.眼部红肿疼痛

吃芒果过敏者一般先是出现面部红肿发炎的症状,之后几天就有可能发展为眼部红肿疼痛。这是体内免疫系统对过敏性炎症做出大规模反应的征兆,是病情发展的症状之一。

3.呕吐、腹泻

极少数人吃芒果后出现腹泻、呕吐的反应,这是过敏者胃肠道对芒果中的易致过敏物质的果酸、蛋白质等做出的反应。这种吃芒果过敏的症状非常少见。

治疗方法

1.停食

一旦发觉出现芒果可疑过敏症状应立即停止进食,通常情况下过敏反应会自然消失。

2.轻度过敏怎么办

轻微的过敏者停止食用芒果,可



在家用肥皂水清洗面部残留芒果汁液。应用抗过敏软膏,如尤卓尔、新复霜涂抹患处,以达到消炎目的。同时口服抗组胺药物,如仙特明、氯雷他定片,在治疗过程中忌用热水洗脸,以免加重病情。

3.严重过敏怎么办

症状比较严重,比如面部出现大片红疹,甚至有轻微水肿,更严重的出现全身红斑、呕吐、腹泻,可用肾上腺素针。同时,应到医院就诊,在医生指导下服用、涂抹抗过敏药物。

一个可预防芒果过敏的小办法:

选已完全成熟的芒果,洗干净(这样做除了吃起来卫生外,还因为经销商可能在储藏不完全成熟的芒果时用了生石灰),把芒果切成小块用牙签插着吃,这样可以避免芒果与嘴唇、脸部皮肤接触。吃完芒果后,最好用清水将黏附在皮肤上的芒果汁液清洗干净。



B 猕猴桃过敏“冷知识”

微量猕猴桃就可能引发严重后果

猕猴桃过敏发现得很晚

1981年人们注意到第一起猕猴桃过敏。一位52岁的女士,吃猕猴桃之后发生了荨麻疹、呼吸困难和喉部水肿。此后,猕猴桃过敏才受到重视。

猕猴桃过敏症状有哪些

◆发生在口腔部位,比如刺痛感、口腔疼痛、嘴唇肿胀等。

◆也有严重一些的症状,如呼吸不畅、嘴唇发青、呕吐等。虽然第一起病例发生在老年人身上,后来的调查发现,少年儿童更容易中招。在一些调查统计中,近四分之三的5岁以下儿童第

一次吃猕猴桃会有轻重不同的反应,而成年人中这一比例不到五分之一。

◆不同人引发过敏所需要的猕猴桃量不一样。《过敏和临床免疫学杂志》上报道过一个案例:一个餐馆里用切过猕猴桃的刀去准备草莓甜点,刀上残留的猕猴桃就引发了一个人的过敏。

猕猴桃过敏如何治疗?

◆首先要停止服用,并远离过敏原。

◆一般起了红疹子会有瘙痒,但不要去抓,可以服用抗过敏的药物(仙特明或氯雷他定),同时可以冰敷瘙痒的地方,不要让小孩抓破皮。

◆如果出现了较严重的过敏反应,如呼吸困难,有条件的话及时大腿部注射肾上腺素针,并及时就医。

C 菠萝过敏“冷知识”

盐水浸泡菠萝,有望达到脱敏的作用

吃菠萝为什么会过敏

菠萝内含有有一种特殊的菠萝蛋白酶,正常人摄入这种蛋白酶并无大碍,但某些过敏体质的人就很有可能对菠萝蛋白酶敏感,会激发机体产生速发型变态反应,大多是在食用菠萝后10分钟至1小时内发生。

菠萝过敏怎么办

◆立即停止食用菠萝(含有一种特殊的物质,如酶类等引发机体产生过敏反应),给予抗过敏(局部应用尤卓尔或新复霜)、止痒(口服仙特明或氯雷他定)等。

◆加强口唇部位的皮肤清洁,使用流水反复冲洗局部。

◆出现严重过敏反应,全身红斑,呕吐,腹泻,可应用肾上腺素针。同时,应该到医院就诊,在医生指导下服用、涂抹抗过敏药物。

如何预防菠萝过敏

1.菠萝切丁煮过

菠萝去皮和果丁后,切成片或块,放在开水里煮一下再吃。菠萝蛋白酶在

45℃—50℃就开始变性推动作用,到100℃时,90%以上都被破坏;甙类也同时可被破坏消除;羟色胺则溶于水中。经煮沸后,菠萝口味也得到改善。

2.菠萝盐水泡制

如果为了保持菠萝的生鲜口味,可以把切成片或块的菠萝放在盐水(一般烧菜的咸度)里浸泡30分钟,再用凉开水浸洗去咸味,同样可以达到脱敏的作用。

除过敏体质者外 哪些人不能吃菠萝

菠萝虽然诱人,但患有湿疹和疥疮的人不能吃菠萝。患有牙周炎、胃溃疡、口腔黏膜溃疡的消费者要慎食菠萝,因为菠萝是酸性水果,会刺激牙龈、黏膜,胃病患者还会出现胃内反酸现象,多吃还会发生过敏反应。

