



嬰幼兒食物過敏 治療方案

查詢或預約，歡迎聯絡我們

養和李德康過敏病科中心

📍 跑馬地

養和醫院

香港跑馬地山村道2號李樹培院9樓

☎ (852) 2835 8430 📠 (852) 2892 7565

✉ allergy@hksh-hospital.com

🌐 www.hksh-hospital.com

辦公時間

星期一、二、四、五 上午九時至下午六時

星期三 休息

星期六 上午九時至下午一時
(每月第二及第四週之星期六
提供全日診症)

星期日及公眾假期休息

敬請預約



ALC.0751.H/C-01-11 2025



養和醫療集團成員 Members of HKSH Medical Group

養和醫院 Hong Kong Sanatorium & Hospital | 養和醫健 HKSH Healthcare | 養和東區醫療中心 HKSH Eastern Medical Centre | 養和癌症中心 HKSH Cancer Centre

養和李德康過敏病科中心

認識進階食物過敏治療方案



全球有過百萬人受食物過敏影響，而傳統治療只能透過完全避免接觸致敏原以預防過敏反應，近年各類嶄新治療陸續面世，為患者帶來新希望。養和李德康過敏病科中心針對食物過敏提供食物階梯、舌下免疫治療 (SLIT) 及口服免疫治療 (OIT) 等進階治療*，而治療效果更於幼兒及幼童尤其顯著。

食物階梯

食物階梯旨在逐步將致敏原食物安全地引入飲食中，特別適用於對雞蛋和牛奶過敏者。相關食物會按照其致敏度分為不同「階段」。

原理及流程

1. 食物階梯從食物激發測試開始，會從含有少量致敏原並經充分煮熟的食物開始。加熱過程會改變致敏蛋白的結構，從而降低引發過敏反應的風險，為引入致敏原建立安全的起點。
2. 逐步接觸致敏原有助免疫系統建立耐受性。身體學會識別這些蛋白質為無害物質，隨後一般更能耐受未經充分煮熟的食物。
3. 大多數對雞蛋或牛奶過敏的兒童，都能耐受經烘焙的奶及蛋製品。定期食用烘焙奶製品或蛋製品，可加快建立對奶類或蛋類食品的耐受。

醫生備註

食物階梯

舌下免疫治療

口服免疫治療

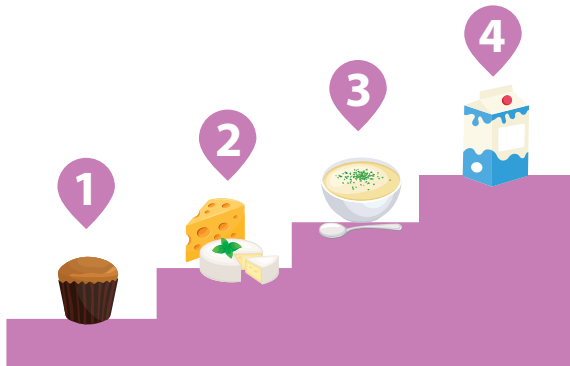
* 食物免疫治療一般亦稱為脫敏治療。

下表為常見的食物階梯：

食物種類	雞蛋	牛奶
第一階段	含蛋烘焙食品 (曲奇、蛋糕)	含奶烘焙食品
第二階段	熱香餅、 英式鬆餅	乳酪、芝士
第三階段	炒蛋/全熟水煮蛋	食物中的加熱奶
第四階段	半熟蛋及生蛋	鮮奶、雪糕

適用對象

- 需在醫護監察下開始接觸固體食物的高風險嬰幼兒
- 對雞蛋或牛奶有輕度至中度過敏反應的幼童
- 對少量經加工致敏原食物已產生耐受之人士



舌下免疫治療(SLIT)



舌下免疫治療是指將少量食物致敏原提取物置於舌下，以提升對致敏原的耐受。

原理及流程

1. 先將食物致敏原提取物置於舌下(口腔黏膜)1至2分鐘，然後吞嚥。
2. 致敏原會被特殊細胞吸收，有助身體建立耐受，並不會對致敏原產生反應。
3. 隨時間過去，身體會慢慢學會不再對該食物反應過度。
4. 病人須先在醫學監察下服用「致敏原滴劑」，隨後在家每天重複相同劑量。
5. 需定期到本中心逐步增加劑量。
6. 舌下免疫治療一般持續約兩至4個月，其後或會續以真實食物作口服免疫治療。

適用對象

舌下免疫治療適用於：

- 對食用真實食物致敏原而感到焦慮的兒童及成人
- 偏好較溫和致敏原脫敏方式的人士
- 因日程繁忙而無法經常到診所覆診的人士
- 曾對其他免疫治療方式產生不良反應的病人

口服免疫治療(OIT)



口服免疫治療透過進食少量食物致敏原，待身體耐受後逐漸增加劑量，從而提升對致敏原的耐受性。

原理及流程

1. 治療一般從少量的致敏食物開始，例如少於百分之一的劑量。
2. 病人一般需要先進行食物激發測試以確定首次劑量。其後數月會逐步增量，直至達至目標維持劑量。
3. 病人需約每兩週到本中心增加劑量一次(上調劑量)，之後每天在家繼續服用相同劑量，直至下次覆診。劑量將持續上調，直至達到目標劑量。
4. 達到目標劑量後，需連續3至5年每日攝取相同劑量以維持脫敏狀態，並定期覆診以監測進度。
5. 醫生與營養師將根據病人年齡及當前生活模式，商討個人化目標劑量。
6. 針對嚴重病例、目標劑量較高或同時治療多種致敏原的病人，醫生或會建議配合「抗免疫球蛋白E (Anti-IgE)」藥物注射，以確保治療過程安全。

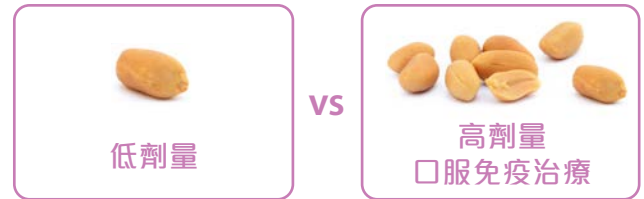
年齡影響治療效果 宜及早介入

研究顯示，5歲前開始治療的兒童，成功率一般比較其他兒童為高。對於患有食物過敏的兒童，現時指引建議持續食用可耐受的食物，並考慮開始免疫治療。由於兒童的免疫系統更易適應免疫治療，反應亦較佳，及早介入或有助預防出現其他過敏。現時所有年齡組別均有成功治療案例，足見在任何時候開始治療亦不為晚。

低劑量vs高劑量口服免疫治療

口服免疫治療方案主要分為兩大類：低劑量與高劑量治療。低劑量口服免疫治療旨在達到保護性脫敏水平，主要從避免因意外接觸致敏原而出現的過敏反應為目標。維持劑量一般以**較低(例如：一粒花生)**為目標。高劑量口服免疫治療則以更高的耐受水平為目標，維持劑量有時可達9粒花生。

高劑量方案或能提供更大的飲食自由度，但治療期間引發過敏反應的風險一般較高，且可能需要更長時間作劑量遞增。部分患者可配合抗免疫球蛋白E (Anti-IgE)注射以提升其安全性。



哪項治療最適合我？

食物階梯、舌下免疫治療及口服免疫治療均適用於食物過敏管理，相輔相成。過敏科專科醫生與營養師會詳細評估最合適你的食物過敏治療方案，並決定何時遞進至其他治療。下表比較各項進階食物過敏治療：

	食物階梯	舌下免疫治療	口服免疫治療
最適合對象	輕至中度過敏人士； 是高風險嬰兒的安全 引入方式	對多種食物過敏， 是口服免疫治療的 過渡階段	較嚴重過敏，在使用其他 方法後
常見致敏原類型	牛奶、雞蛋、小麥	堅果與種子	所有食物致敏原
一般覆診頻率	每1至3個月	每兩至4週	每兩週
達到目標劑量所需時間	因人而異	4個月，隨後繼續進行 口服免疫治療	9至12個月
標準目標劑量	適齡的致敏原份量	2毫克致敏原蛋白 (或隨後繼續進行 口服免疫治療)	300毫克或以上致敏原 蛋白
優點	只要能耐受即可食用	不良反應風險極低； 易於維持	可防止交叉污染；維持期 間可適應並隨心食用 致敏原；可食用所有形式 的食物；需維持較高劑量
缺點	可能無法食用未經烹煮 的致敏原（如鮮奶、 生雞蛋、布丁、雪糕）	保護效果低於口服 免疫治療	不良反應風險較高； 需嚴格規劃劑量

常見問題

整個治療過程通常需時多久？

治療時間因個人情況及所選方案而定。食物階梯的每個階段可能需時數月；舌下免疫治療一般需持續兩至4個月；口服免疫治療則通常需時6至12個月或更長時間，以達至維持劑量階段。

達至維持劑量階段後，是否可以停止攝取致敏原？

不是。要維持脫敏效果，必須持續攝取致敏原。若中止治療，或未能有效預防過敏反應。在維持階段中，過敏科專科醫生會定期評估進度，可按需要調整致敏原劑量，例如減少攝取的頻率。

這些治療能否根治我的食物過敏？

這些治療能顯著提升對致敏原的耐受，但需持續進行以維持脫敏效果。在維持階段或需進一步接受測試，才能確定食物過敏是否已完全消除。

是否要每天定時服用口服免疫治療所訂劑量？

對。重點是每天服用並持之以恆。我們建議：

- 每天大約在同一時間服用劑量；
- 就口服免疫治療而言，應於正餐或配以小食同時服用所需劑量；至於舌下免疫治療，則應在服用劑量前15分鐘及其後30分鐘內避免飲食。

治療對日常生活有何影響？

治療期間或需調整部分日常活動，尤其需配合劑量服用時間。服用劑量前後兩小時應避免運動，並需在劑量遞增階段定期覆診。我們的營養師會在治療開始時提供詳細指導。

醫療保險是否涵蓋這些進階治療？

保險的保障範圍視乎不同保險公司及保險計劃而定。現時部分會涵蓋食物過敏治療，特別是經醫學評估屬必要治療。鑑於保險具體保障範圍、申請要求及自付費用可能有顯著差異，建議父母在為子女安排接受治療前，先向保險公司查詢具體保障細節及預先批核要求。

接受這些進階治療期間能否外遊？

只要有周詳計劃，治療期間亦可如常外遊。為降低旅途中的過敏反應風險，應避免在航班起飛前後四小時內服用劑量。劑量遞增階段期間亦不建議進行長途旅行，以免治療因受日常習慣有變、壓力增加及醫療資源限制而影響。若必須長途出行，旅行前務必諮詢過敏科專科醫生有否需要調整劑量，並為治療進度可能有所延誤做好準備。