

# 《过敏症调养防治必读》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年01月01日

开本：32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787802035850

## 编辑推荐

过敏是发生在人体内的特殊战争。我们当然不能一概地说它好或者是不好，而是要认识它，了解它发生的原理和规律，以便能利用这些原理、规律和知识来保护健康、延长寿命。

过敏是发生在人体内的特殊战争，合理运用人体免疫机制，全面提高人体健康质量。

## 内容简介

在日常生活中，你可能会因为吃了一点海鲜就全身红肿、起泡、发痒，甚至心跳呼吸加快，胸闷，喘不过气来，严重者还会休克，如不及时抢救，也许连性命都会搭上。

对了，这就是过敏，是每个人都会遇到的不算大也不算小的麻烦。这是为什么呢？

从生物学的角度看，我们所有人都是一个单独的个体。为了生存，我们需要阳光、空气、水和粮食；为了繁衍，我们需要伴侣；为了免除孤独和寂寞，我们需要亲人和朋友。所以，人是群居的动物。

但是，人又是一种需要有自我独立空间的和特立独行的生物个体。原因不仅仅在于每个人都有自己的思想和行动的自由，还在于自然这个造物主在人类的进化中设计好了要让每个个体有自己神圣不容侵犯的独立空间和一个纯静的生物内环境，即每个个体内部的纯洁性。

因为，每个个体都要面对自然界中的种种外来物质，空气中的尘埃、环境中的微生物、人类生产的种种化合物，还有每个人都不可离开的食品等。这些外来的物质都有可能侵害人体，轻则让人生病，重则使生命结束，例如细菌和病毒对人体的入侵。在日常生活中，你可能会因为吃了一点海鲜就全身红肿、起泡、发痒，甚至心跳呼吸加快，胸闷，喘不过气来，严重者还会休克，如不及时抢救，也许连性命都会搭上。

对了，这就是过敏，是每个人都会遇到的不算大也不算小的麻烦。这是为什么呢？从生物学的角度看，我们所有人都是一个单独的个体。为了生存，我们需要阳光、空气、水和粮食；为了繁衍，我们需要伴侣；为了免除孤独和寂寞，我们需要亲人和朋友。所以，人是群居的动物。但是，人又是一种需要有自我独立空间的和特立独行的生物个体。原因不仅仅在于每个人都有自己的思想和行动的自由，还在于自然这个造物主在人类的进化中设计好了要让每个个体有自己神圣不容侵犯的独立空间和一个纯静的生物内环境，即每个个体内部的纯洁性。因为，每个个体都要面对自然界中的种种外来物质，空气中的尘埃、环境中的微生物、人类生产的种种化合物，还有每个人都不可离开的食品等。这些外来的物质都有可能侵害人体，轻则让人生病，重则使生命结束，例如细菌和病毒对人体的入侵。也因此，进化从一开始就为每个人的身体设立了独一无二的免疫系统，以防范所有可能入侵身体的不法分子或滋事之徒。每个人的免疫系统为了自身的纯洁和纯净，会对一切外来者进行盘查、识别、分析和归类。属我族类的，则放行和友好相待。朋友来了，有好酒；不属我族类的，则警告、拦截、出击、搏杀直至消灭外来物质。敌人来了，有猎枪。免疫系统的这种清洁自体、保持自身安全的功能便产生了两种效应。正面的效应是，可以阻击许多入侵者，消灭种种病原菌，保护自身健康

和安全，并让每个人在正常情况下能健康和延年益寿。但是，反面的效应也不可避免。免疫系统就像神经过敏的安全部门和特工，对一切外来物都视为可疑的恐怖分子或敌人，认为它们有可能破坏我们内部运转良好的机体，颠覆我们的躯体。因此。免疫系统会发出错误的追杀令或作战命令，让所有的军队和卫士都奔赴外来物出现的地方，攻击和赶走它们。这样一来，过敏反应。也称变态反应就发生了。于是便出现了吃一些食物、闻一点气味、触摸一下物体都可能过敏的现象。身体内发生的这种战争是在“非秦者去，为客者逐一的清除异己分子的理论 and 机理下产生的。我们当然不能一概地说它好或者是不好，而是要认识它，了解它发生的原理和规律，以便能利用这些原理、规律和知识来保护健康、延长寿命。为了满足读者的多种需求，书的后面附了重要参考文献，有兴趣的读者，可以以此为线索，了解更多的关于过敏症的知识。

[显示全部信息](#)

## 作者简介

张田勘，文理（医）教育背景，已出版10部著作，发表数千篇文章。其中部分著作和文章获奖。曾任职于中国医学科学院医学信息研究所。现为《百科知识》副主编。已出版著作：《食品农药残余物的毒理学评估原则》，（译著），人民卫生出版社，1992年5月；《上班族的保健》（

## 目录

### 第一章 怎样认识过敏反应

#### 一、医学对过敏反应的研究与认识

##### 1.过敏反应是怎样被发现的

###### （1）里歇的贡献

###### （2）过敏反应的条件

##### 2.常见的能引起过敏反应的抗原有哪些

###### （1）吸入式过敏原

###### （2）食入式过敏原

###### （3）接触式过敏原

###### （4）注入式过敏原

###### （5）自身组织抗原

##### 3.过敏就像一场战斗

#### 二、过敏反应的种类

##### 1. I型过敏反应（速发型）

###### （1）常见的过敏原

###### （2）常见的疾病

2. 型过敏反应（细胞毒型）
3. 型过敏反应（免疫复合物型）
  - （1）局部免疫复合物病
  - （2）急性全身性免疫复合物病
  - （3）慢性免疫复合物病
  - （4）过敏性休克
4. 型过敏反应（迟发型）
  - （1）常见的 型过敏反应
  - （2） 型过敏反应的身体表现

## 第二章 食物过敏反应的调养与防治

### 一、什么是食物过敏反应

- 1.食物过敏反应与食物不良反应
  - （1）食物的毒性反应
  - （2）食物的非毒性反应
  - （3）食物的过敏反应
- 2.食物过敏反应有哪些症状
  - （1）食物过敏反应的症状
  - （2）怎样对食物过敏反应进行判断

### 二、追踪食物过敏反应的“元凶”

- 1.食物过敏反应与哪些因素有关
  - （1）与过敏原有关
  - （2）与人体的差异有关
- 2.哪些食物能引起过敏反应
  - （1）含麸质谷类
  - （2）鱼类、海鲜类及其制品
  - （3）甲壳类动物及其制品

.....

## 第三章 怎样应对过敏性疾病

## 第四章 警惕特殊环境过敏

## 第五章 过敏也与时俱进

## 附录 过敏与免疫常用名词解释

## 主要参考文献

## 在线试读部分章节

### 第一章 怎样认识过敏反应

过敏反应是人们在日常生活中使用的通俗说法，实际上，过敏反应在生物医学上被称为变态反应，又称超敏反应，是免疫应答的一种，是人体受到某种抗原物质刺激后产生的一种异常或病理性的反应，能导致组织损伤或发生病变。

2005年6月28日，世界卫生组织联合各国变态反应机构发出倡议，倡议各国公众增强对过敏性疾病的认识，共同预防过敏反应及各种过敏性疾病，如荨麻疹、过敏性鼻炎、哮喘等，并将每年的7月8日定为世界过敏性疾病日。

## 一、医学对过敏反应的研究与认识

### 1.过敏反应是怎样被发现的

#### (1) 里歇的贡献

大约在4500年前，埃及某国王因被大黄蜂刺蜇而死亡。在今天看来，这就是人体对大黄蜂的毒素而产生的过敏性休克，导致被蜇者死亡，这也许就是人类历史上对过敏性休克致死的最早记载。

.....

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)