

## 參與 EASE 計劃的嬰兒， 須符合以下條件：

- 3 至 12 個月大，並且
- 父母至少其中一位患有過敏疾病，如過敏性鼻炎、哮喘、濕疹或食物過敏；或
- 患有濕疹；或
- 患有食物過敏

<sup>1</sup> Learning Early About Peanut Allergy. <http://www.leapstudy.co.uk/>

<sup>2</sup> Enquiring About Tolerance Study. <http://www.eatstudy.co.uk/>

<sup>3</sup> Fleischer, D.M., et al., *Consensus communication on early peanut introduction and the prevention of peanut allergy in high-risk infants.* World Allergy Organ J, 2015. 8(1): p. 27.



# 已繳付之費用不作退還

# 收費如有更改，恕不另行通知

# 此保健計劃並不適用於一般保險計劃

# 過敏病科中心 Allergy Centre

查詢或預約，歡迎聯絡我們

### 過敏病科中心

香港跑馬地山村道二號  
養和醫院李樹培院九樓

電話：2835 8430

傳真：2892 7565

電郵：[allergy@hksh-hospital.com](mailto:allergy@hksh-hospital.com)

### 辦公時間

星期一、二、四、五：上午九時至下午六時

星期三及星期六：上午九時至下午一時

星期日及公眾假期休息

[www.hksh-hospital.com](http://www.hksh-hospital.com)

A member of HKSH Medical Group  
© 香港養和醫院有限公司 版權所有



## 預防食物過敏



養和醫院  
Hong Kong Sanatorium & Hospital

過敏病科中心  
Allergy Centre

## 背景

在已發展地區 (如中國及香港),不少家長都努力避免嬰兒進食致敏食材,惟過去 20 年間,食物過敏依然日趨普遍。近年的 LEAP<sup>1</sup> 及 EAT<sup>2</sup> 研究均指出:讓嬰兒較遲進食固體食物,無法有效預防食物過敏;反之,及早讓嬰兒食用致敏食材,更有助預防嬰兒日後患上食物過敏。

LEAP<sup>1</sup> 研究比較食用及戒食花生,對高危嬰兒日後會否出現花生過敏有何影響。研究發現,由嬰兒期開始進食花生,日後出現花生過敏的機會率下降達 80%。此外,戒食花生並不能有效預防食物過敏;及早及持續進食花生,預防效果更佳。

EAT<sup>2</sup> 研究探討及早進食牛奶、雞蛋、花生、芝麻、魚及小麥等六種常見致敏食材,對日後出現食物過敏有何影響。研究在英國進行,參加研究的嬰兒當中,約四分之一有過敏家族歷史,平均在 17 至 20 星期大時開始進食致敏食材。研究發現,早進食致敏原的嬰兒,日後患上食物過敏的風險較低,效果在花生及雞蛋方面最為顯著。

以上兩項研究,為如何餵食嬰兒帶來嶄新思維:想預防過敏,實在無須要嬰兒延遲或避免進食致敏食材(已出現食物過敏症狀者除外);相反,及早、適時地餵食固體食物,包括各類常見致敏原,可有助預防食物過敏。這個概念現已廣為過敏學權威接納,並於有關花生過敏的研究中達成共識<sup>3</sup>。

## EASE 計劃目的

EASE 計劃為期 3 年,旨在指導及協助家長在餵哺母乳期間,安全及適時地讓子女進食致敏食物,從而減低子女日後患上食物過敏的風險。如子女在計劃期間出現食物過敏,過敏病科專家會作個別跟進。參加 EASE 計劃的兒童如要在計劃期內接受治療,可獲 9 折優惠。

## 計劃內容

### 食物過敏評估

- 參與計劃的兒童會在初次會診、1 歲及 3 歲時,就大米及以下 5 種食物致敏原接受皮膚點刺測試:大米、牛奶、雞蛋、花生、魚和大豆
- 過敏病科專科醫生會在兒童 1 歲及 3 歲時詳細評估其過敏情況
- 參加者日後如需接受食物激發測試,可獲 9 折優惠

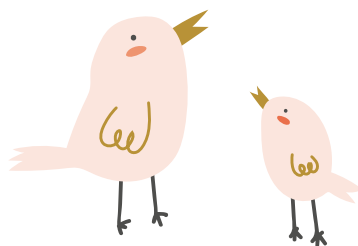
### 及早讓嬰兒食用致敏食材

- 營養師會因應嬰兒初次會診時的個別情況(包括濕疹狀況及食物過敏情況),讓嬰兒及早進食固體及致敏食物
- 營養師亦會密切跟進嬰兒進食致敏食物的進度

### 營養評估

- 營養師會定期評估嬰兒的成長發展和營養攝取
  - 量度體重及身高
  - 評估營養需要和攝取量

讓嬰兒進食固體食物時,我們鼓勵媽媽繼續餵哺母乳



## 覆診時間表



	醫生會診	營養師會診	皮膚點刺測試
3-4個月	✓	✓	✓
5個月		✓	
6個月		✓	
7個月		✓	
8個月		✓	
9個月		✓	
10個月		✓	
11個月		✓	
1歲	✓	✓	✓
15個月		✓	
18個月	✓	✓	
21個月		✓	
2歲	✓	✓	
30個月		✓	
3歲	✓	✓	✓