春季需警惕 小儿荨麻疹

文/徐云

[内容提要] 四月，春暖花开，万物复苏，柳絮飘飞，是外出踏青的好时机，但外出春游容易接触花粉、柳絮等过敏原，易导致小儿荨麻疹高发，严重影响儿童的健康成长，因此，外出春游要警惕小儿荨麻疹。本文主要对小儿荨麻疹的病因、临床表现、诊断、治疗及预防等知识进行简单科普。

春天是外出踏青的好时机，但也是过敏多发的季节，花粉、柳絮、毛屑等过敏原导致荨麻疹高发，甚至反复发作，发病人群尤以儿童多见，患儿苦不堪言，严重影响小儿的健康成长。那么什么是小儿荨麻疹？其发病原因是什么？应该如何治疗、预防呢？让我们一起来了解一下吧。

一、什么是小儿荨麻疹

小儿荨麻疹，即儿童荨麻疹，俗称“风团”、“风疹团”，是一种临床常见的过敏性皮肤病，多反复发作，以皮肤大小不等、形状各异的红斑、风团及局部水肿损害为主要表现[1]，触感较硬，且常伴瘙痒、发胀，可迅速发生，迅速消退。

二、小儿荨麻疹的病因

小儿荨麻疹病因复杂，不易明确，急性荨麻疹以食物过敏常见，而慢性荨麻疹则以尘螨和屋尘过敏为主。小儿荨麻疹的病因可分为内源性病因、外源性病因。

（一）外源性因素

外源性因素多具有暂时性、一过性的特点，主要包括过敏、感染。其中过敏主要为食物过敏（如蛋奶制品、食物添加剂、坚果、海鲜、芒果等）、药物过敏（如抗生素、退热药、疫苗等）、吸入过敏物（如花粉、柳絮、毛屑等）、蚊虫叮咬等。可由细菌、病毒、真菌等感染引发，如感冒或化脓性扁桃腺炎、肠炎等。其他还受温度骤冷骤热、阳光暴晒、衣物摩擦等物理刺激的影响。

（二）内源性因素

荨麻疹的内源性因素多比较隐匿，且具有持续性，包括肥大细胞对 IgE 高敏感性、感染、系统性自身免疫病（如系统性红斑狼疮、自身免疫性甲状腺病等）、精神紧张或情绪波动（如兴奋）等。

三、小儿荨麻疹的临床表现

小儿荨麻疹多为急性荨麻疹，其典型症状为红斑与风团。常先有皮肤刺痒，随即出现鲜红色、淡红色的红斑或风团，大小不等，形态不一，且分布不对称，皮肤划痕试验阳性，短时间内可遍布全身，多于数分钟至数小时内迅速消退且不留痕迹，常伴有血管性水肿，可见表皮毛囊口向下凹陷。部分患儿可伴有恶心、呕吐、头痛、腹痛等症状，严重者还可有面色苍白、呼吸困难、等全身症状。一般病程不超过 6 周。

四、小儿荨麻疹的诊断及鉴别诊断

（一）小儿荨麻疹的诊断

因临床症状典型，小儿荨麻疹的主要根据临

床症状、病史、过敏史进行诊断，有感染症状的患儿需要检查血常规，还需要检测患儿自身免疫系统情况。

（二）鉴别诊断

小儿荨麻疹主要需要与荨麻疹性血管炎进行鉴别。

荨麻疹性血管炎的风团、皮损持续时间较小儿荨麻疹长，一般持续 24 h 以上，有烧灼感，皮损处可见紫癜、坏死皮疹，常伴有关节痛，皮损消退后会遗留色素沉着；且荨麻疹性血管炎与系统疾病有关，有相应的系统疾病症状，病理提示白细胞破裂血管炎。

五、小儿荨麻疹的治疗

（1）查找和清除过敏原，防止再次接触。

（2）口服抗组胺类药物抗过敏治疗，包括西替利嗪、氯雷他定、依巴斯汀等。

（3）如果是感染引起者，应积极治疗感染病灶，消除感染。如感冒或化脓性扁桃腺炎、肠炎等引起者，要积极治疗原发病。如瘙痒难忍可以局部涂抹炉甘石洗剂或氧化锌洗剂止痒。

（4）对于常规药物治疗无效的慢性荨麻疹，可根据变应原皮试结果进行脱敏治疗。

（5）此外，有较多研究显示中医辨证治疗小儿慢性荨麻疹能够有效改善患儿的不适症状，取得满意的疗效[2]。

六、小儿荨麻疹的预防

（一）远离过敏原

注意观察宝宝出现荨麻疹前的情况，明确过敏原，避免接触，如食物过敏、花粉过敏等，远离过敏原，减少过敏的几率。

（二）注意卫生，避免不良刺激

注意皮肤清洁，经常洗澡，水温不要太高，少用或者不用刺激性化妆品。注意家庭环境清洁，除尘螨、蚊虫，多通风；家中要少养猫、狗之类的宠物及容易致敏的植物；少用或不用杀虫剂、空气清新剂等；不要在日光下暴晒，注意保暖；穿着宽松透气的衣物，以免对患处造成刺激；可适当锻炼宝宝的皮肤，比如用冷水摩擦等，提高宝宝适应物理刺激的能力。

（三）注意药物过敏史

在使用药物时，注意查看药品说明书，如出现过敏症状应立即停止服用，记住宝宝的药物过敏史。

（四）健康生活，提高免疫力

多锻炼身体，注意休息，保证充足的睡眠，生活规律，以增强机体免疫力。

[参考文献]

[1] 刘文杰 . 中西医结合治疗小儿荨麻疹的临床体会 [J]. 中医临床研究，2019，11（12）：82–83.

[2] 李蔷华，赵春玲 . 小儿急性荨麻疹的中医治疗 [C].// 第十二次全国中西医结合儿科学术会议，2006：90–91.