

## 腸躁症以外的腸胃問題

### IgG 排除飲食法及症狀的關係

#### 慢性腹瀉

中國湖南省長沙市的兒童醫院於 2008 年 2 月在《中國當代兒科雜誌》( Chinese Journal of Contemporary Pediatrics ) 發表了一項有關兒童慢性腹瀉的臨床研究結果。兒童慢性腹瀉病因複雜，難以確定病因，增加治療的難度。研究人員為 82 名來自湖南省兒童醫院消化內科的小童進行血液測試。79 名小童對 1 至 11 種的食物特異性 IgG 異常高企，陽性率達 96.2%；而沒有患病的對照組，陽性率僅為 26.7%。兒童慢性腹瀉患者對牛奶、雞蛋、大米及小麥的敏感反應最高；而對豬肉、雞肉、粟米、鱒魚、蘑菇等敏感反應卻很低。

79.3%病人經過健康飲食指導後，治療效果顯著。研究更發現，病人在戒吃致敏食物後，血液中 IgG 水平有降低的跡象。研究結論指出，食物敏感是引起兒童慢性腹瀉的重要原因，根據食物特異性 IgG 抗體檢測結果，對患者進行健康飲食指導，是治療的最佳方法。

#### 胃部不適

卓健皮膚中心駐診家庭醫生鄧昌宇曾經接觸一個難忘的個案。個案主角小琪讀書非常用功，經常廢寢忘餐。近兩年來，小琪經常感到胃部不適，很多時飯後總覺得「飽飽滯滯」。更令人憂慮的是，長期腸胃不適令小琪難以入睡，睡眠質素極差，令她在日間無法集中精神學習。

經初步診斷後，小琪被轉介到腸胃專科作詳細檢查，照胃窺鏡後，亦接受了超聲波檢驗，結果發現她有輕微胃炎。專科醫生針對這些表徵，為小琪處方止胃酸藥，可惜服食一段時間後，胃部不適問題仍沒有改善。小琪向來自知胃部消化力不好，只要是辛辣的、酸的、以及難消化的食物，她都會避之則吉。

後來，小琪接受了食物敏感測試，結果顯示她對很多食物都呈陽性敏感反應，雞蛋、蠔、乳製品和咖哩粉尤其嚴重。另外，她幾乎對所有蔬菜、堅果、穀類、酵母和咖啡豆也有輕度至中度的反應。確定問題根源後，醫生建議她先改變飲食習慣，嘗試戒食嚴重反應的食物。三個月後，小琪興奮地告訴醫生，胃部不適問題已開始改善。戒口半年後，問題已差不多解決！她說雖然如此，自己的腸胃偶爾仍有不適，但健康和精神也比以前改善了不少，夜晚亦不用再輾轉反側，能安心入睡了。

## **乳糜瀉**

當敏感人士有嚴重腸胃問題時，都需要弄清自己是患有食物敏感，還是更嚴重的乳糜瀉 ( Celiac Disease )。乳糜瀉是一種先天基因導致的長期自體免疫疾病；而食物敏感 ( 如：麩質 ) 是免疫系統對外來的麩質蛋白作出反應。當乳糜瀉的患者進食含麩質的食物，麩質蛋白會破壞小腸內吸收營養的內壁絨毛，導致腹瀉、體重減輕和營養不良等健康問題。臨床上，可透過檢測血液中的 IgA-tTG ( Tissue transglutaminase IgA ) 或其他與麩質相關的項目，例如 IgA-/IgG-DGP ( IgA/IgG-Deamidated Gliadin Peptide ) 來推敲是否患有乳糜瀉，這兩種檢測都有不俗的靈敏度及特异性。如欲了解更多有關乳糜瀉的資訊，請向您的健康顧問查詢。

## **非 IgE 介導的過敏性腸胃病**

於 2016 年的兒童營養論壇，來自北京大學第三醫院的李在玲主任醫師分享了一個一歲半男嬰的個案。男嬰父母因為其大便反覆出血而求醫。他剛出生時患有濕疹，一歲起轉用普通配方奶粉。李醫師初步診斷他為食物過敏，為他檢驗血液中牛奶、雞蛋 IgE 和總 IgE，結果發現這些反應都呈陰性。李醫師結合過往病史、食物排除法和結腸鏡，推斷這個男嬰是患上非 IgE 牛奶蛋白誘導的結腸直腸炎，並為其處方不含任何牛奶蛋白的胺基酸奶粉。五個月後，大便出血的症狀已停止出現；一年後，男嬰已經可以轉回普通奶粉。李醫師總結，檢驗血液中 IgE 雖有助確診 IgE 介導的食物過敏，但對於某些特殊的腸道疾病，血液 IgE 測試呈陰性的時候，我們便有需要循非 IgE 方向，為病人找出真正病因。

## **過敏性食道炎**

美國猶他大學的醫學教授在翻查以往病例和醫學文獻時，發現抗組織胺藥沒有臨床作用，而且過敏性食道炎患者的黏膜大多沒有 IgE 抗體，這些發現驅使教授著手研究過敏性食道炎是否一定為 IgE 介導。2014 年，教授負責的臨床實驗發現病人對「抗 IgE 物質」沒有反應，表示他們體內 IgE 抗體的含量不高；另外，他們食道黏膜內被發現含有高濃度 IgG4 抗體，水平是對照組的 45 倍。教授因而總結過敏性食道炎有機會是 IgG4 介導，希望將來會有更多同類型的臨床研究引證這個說法。

原文摘錄自《食物不再敏感手冊》，2018 年，香港預防醫學協進會出版。

資料參考：

Clayton, F., Fang, J. C., Gleich, G. J. and et al. (2014). Eosinophilic Esophagitis in adults is associated with IgG4 and not mediated by IgE. *Gastroenterology*. 147, pp. 602- 609.

李在玲 ( 2016 )。非 IgE 介導的過敏性胃腸道疾病。兒童營養論壇，第三期。

歐陽文獻、游潔玉、段柏萍、陳昌斌 ( 2008 )。食物特异性 IgG 抗體檢測在兒童慢性腹瀉中的應用價值。中國當代醫科雜誌，第十卷第一期。