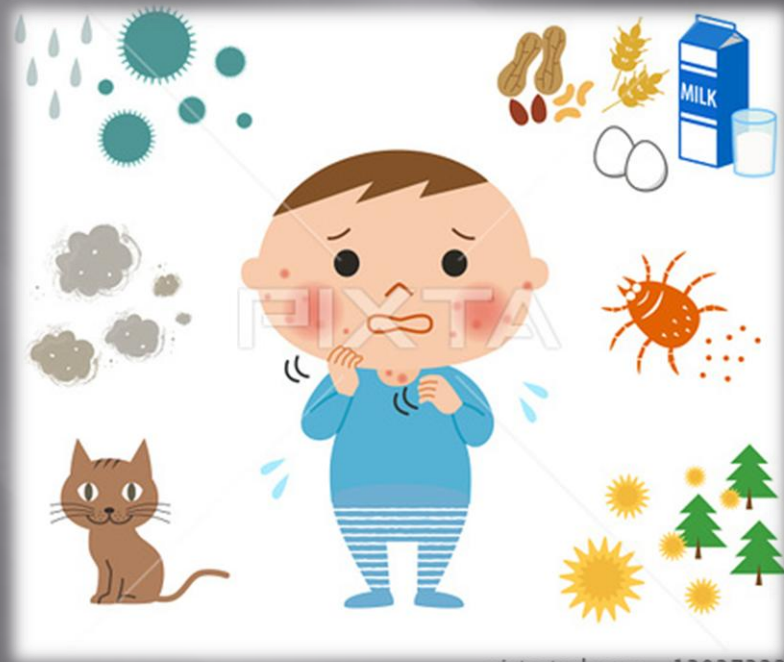


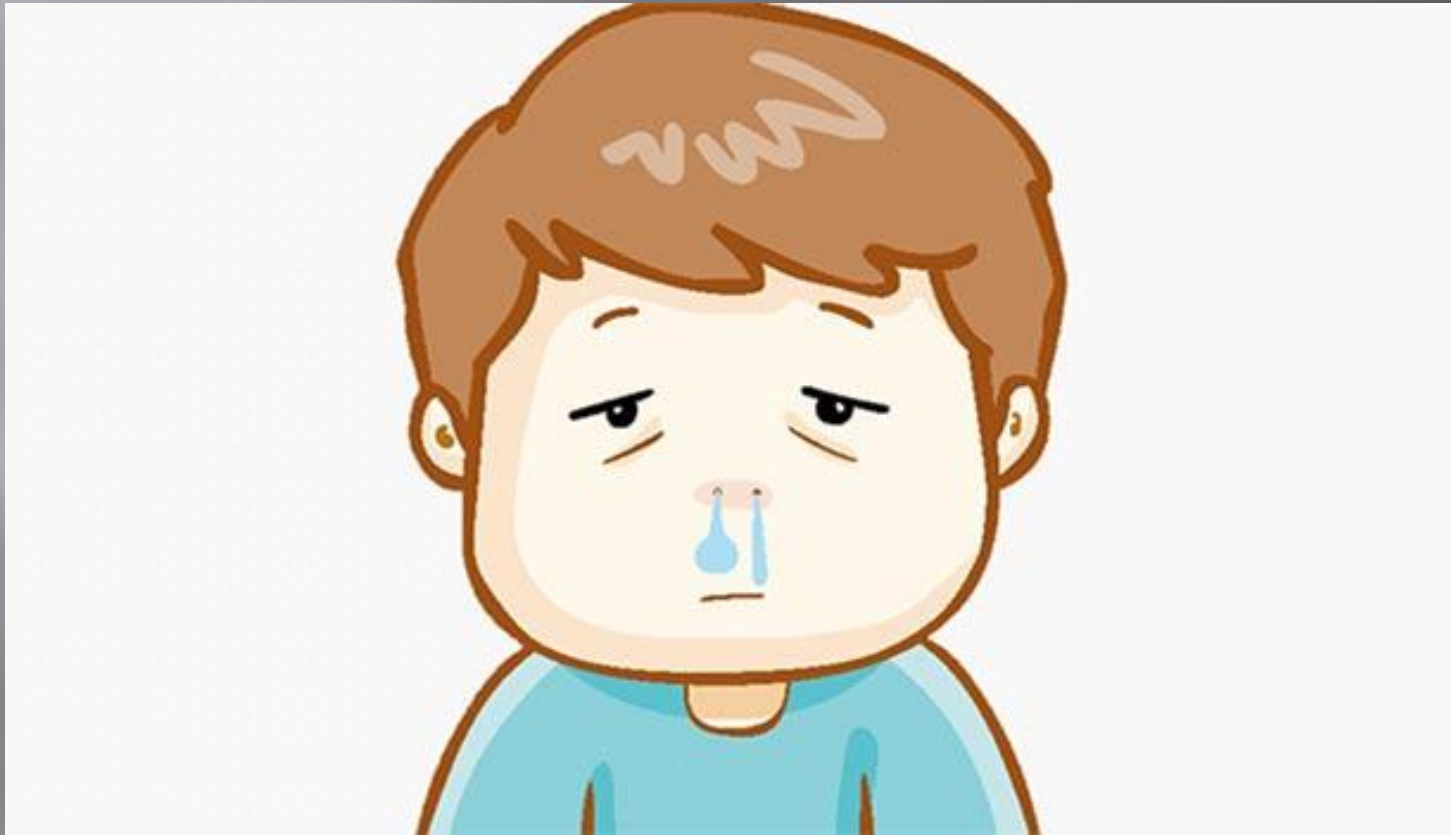
# Health Education/健康教育

## Unit 5 健康守護者~探索過敏



**Are you ready?**

# What is “Allergy?”



# 過敏的symptoms有那些？

- ▣ 打噴嚏(sneeze)
- ▣ 流鼻水(have a runny nose)
- ▣ 鼻塞(have a stuffy nose)
- ▣ 咳嗽(cough)
- ▣ 眼睛癢(have itchy eyes)
- ▣ 淚眼汪汪(have watery eyes)
- ▣ 蕁麻疹
- ▣ 氣喘



# 探索過敏



班級 \_\_\_\_\_ 座號 \_\_\_\_\_ 姓名 \_\_\_\_\_

想一想，自己是否有下列的情況發生呢？

- 1. 經常會打噴嚏，尤其是早上起床後 有 沒有
- 2. 經常用手揉眼睛 有 沒有
- 3. 皮膚乾燥容易癢 有 沒有
- 4. 沒有運動時也會覺得呼吸困難 有 沒有
- 5. 接觸貓和狗的時候，鼻子或皮膚會癢 有 沒有
- 6. 我曾經抽過血驗過敏原 有 沒有



**What is this? Take a guess...**



It is a dust mite.

塵蟎

from the air...





dust也是過敏原

還有花粉(pollen)也是過敏原



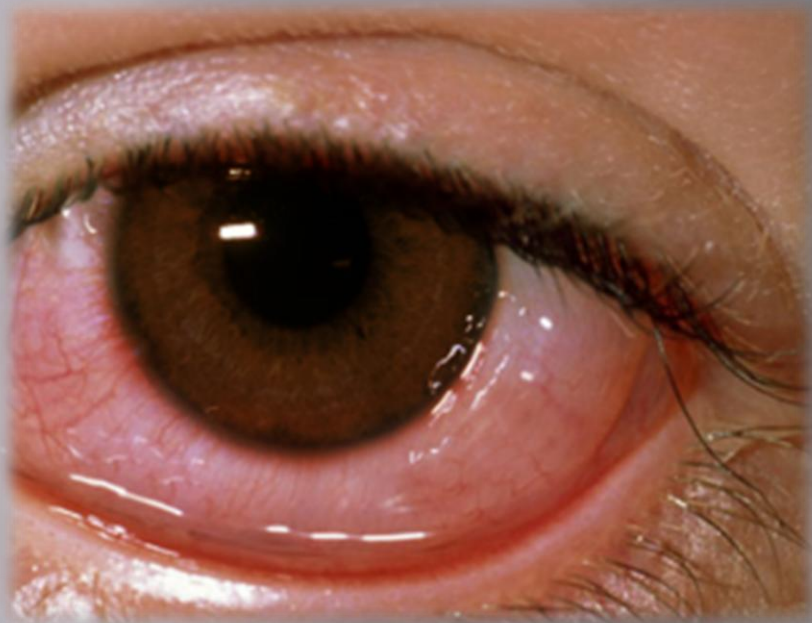


→ 過敏性鼻炎



政昇處方  
宅配藥局

← 氣喘



過敏性結膜炎



蕁麻疹  
(過敏性皮膚炎)

# from the foods

- ▣ Milk
- ▣ Eggs
- ▣ Seafoods
- ▣ Soybean(黃豆)
- ▣ Peanuts & nuts(花生及核果)
- ▣ Fruits(水果)
- ▣ 麥麩



# 預防的方法 How?

Let's think and share!

▣ Work in groups



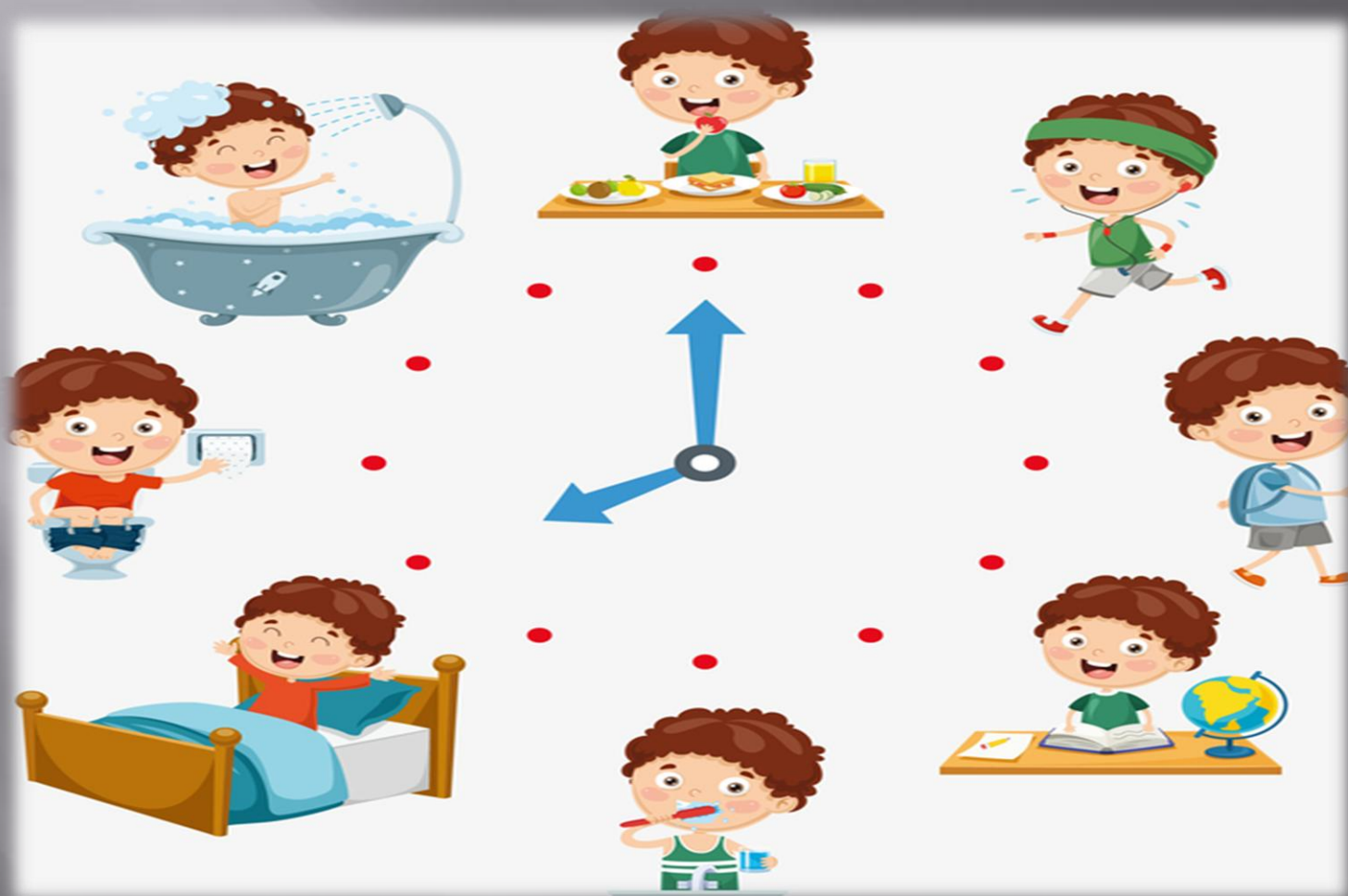
Allergy ≠ 傳染病

# 均衡飲食





# 作息正常



# The most important...

- ▣ Exercise more





檔案 常用 插入 版面配置 參考資料 郵件 校閱 檢視

新細明體 12 A A Aa 中 A

B I U abc x x<sup>2</sup> A 地 A 字

AaBbCcD AaBbCcD AaB AaB AaBbC AaBbCcL

內文 無間距 標題1 標題2 標題 副標題

變更樣式

尋找 取代 插入 編輯



過敏是(傳染病/非傳染病)，日常生活的保健非常重要，若周遭有親朋好友是過敏體質，你會想跟他說什麼呢?也可以用畫圖方式輔助說明唷!



|      |
|------|
| 家長簽章 |
|      |

Windows taskbar with icons for Internet Explorer, File Explorer, Google Chrome, PowerPoint, and Word. System tray shows the time as 10:31 PM on 2019/10/28.

# 過敏原檢測(共40種)+免疫球蛋白IgE



屋塵蟎



粉塵蟎



無爪蟎



德國蟑螂



狗毛



貓毛



白色念珠菌



煙色麴菌



狗牙根草



牧草



豬草



蛋白



牛奶



鱈魚



螃蟹



蝦子



小麥



花生



大豆



杏仁



亞洲蟑螂



雞毛屑



鴨毛屑



青黴菌



芽枝黴菌



交錯黴菌



艾草



菊科植物



乳膠



蕃茄



胡蘿蔔



馬鈴薯



孔雀蛤



鮭魚



酵母菌



大蒜



蛋黃



乾酪



奇異果



羊奶

備註：如有季節性久咳、早晨或季節性變化時鼻癢、打噴涕流鼻水、陣發性眼睛癢、紅眼睛、皮膚紅腫、塊會癢濕疹