

# 文明病、文明人與文明生活——談過敏

■ 許宏彬

隔壁理髮店的老闆娘是一個很古錐的阿嬤，每次我們帶小孩去剪頭髮時，她總愛逗小孩玩，捏捏圓圓臉，拉拉肥肥手。每次去，不知為何總會出現同樣的對話：「這是第一胎歐。你們要多生幾個啦，這樣小孩長大才未孤單、沒伴。」「不行，不行，帶一個就已經忙翻了，沒力氣再養一個了。」「怎會，我以前一邊開店一邊帶 6 個小孩，還不是都長大了。」

長輩們看到年輕夫妻全心照顧一個小孩便精疲力竭的模樣，常露出不以為然的表情。新手爸媽則對許多老一輩的家長可以養大 5 個以上的孩子，感到不可思議。仔細想想，現代家長的確多出了許多過去的父母不曾做過的家務：「每天」起床後的吸塵與拖地、「每周」固定安排時間上農夫市集及主婦聯盟購買農產生鮮食品、「每月」清理床單、被套、蚊帳及冷氣濾網，還得不時留心各種能夠防塵螨抗菌的產品資訊，包括洗衣精、空氣清淨機、防蟎寢具等。這麼多的努力其實只有一個單純的目的，就是不要讓孩子過敏。

我們的孩子什麼時候開始變得如此容易過敏？過敏什麼時候開始變成現代社會人人都可能遇到，必須妥善規劃因應方針的健



身體虛弱、抵抗力差，必須多接觸自然、多運動來改善體質？（圖片來源：種子發）

康風險？還記得我大約從小學五年級開始，每天早上就會不停地打噴嚏流鼻涕，嚴重時一個人一天就用掉半包衛生紙。現在看來這應該就是典型的過敏性鼻炎，但自己跟爸媽當時都無法理解。他們直覺的反應便是：「怎麼一直感冒？身體這麼虛？一定是你都沒有運動！」於是有一好長一段時間，我都努力每天飯後按摩鼻樑兩側的穴道，父親說這是增強抵抗力的良法。

生病是一種標記；當別人都沒有感冒而你一直感冒時，表示你的身體虛弱、抵抗力差，必須自力救濟，多運動改善體質。直到我離開家鄉北上念大學，打噴嚏流鼻涕的症狀幾乎不藥而癒時，才猛然察覺原來這是過敏。然而，我的疾病經驗仍舊是



個標記，它提醒我原來從小生長的高屏地區是全台灣空氣品質最糟糕的地方之一，而我家肥料生意所製造的粉塵是會讓家人生病的。家，做為安心生活的避風港，不再只是需要注意整齊清潔避免病菌蚊蟲滋生而已，更要小心管理（卻常常力有未逮而讓人焦慮）屋內各種可疑的過敏原，以及屋外周遭的環境生態變化。

隨著醫學及社會的發展，許多過往危害人類性命的傳染病都已經受到良好控制。然而，也有部分疾病的發生機率反而快速上升，過敏病便是典型代表。根據國民健康局的報導，鼻子過敏的人數約占台灣總人口的 20 ~ 40%。一位台灣大學免疫學教授也估計，全台灣每 3 人中就有 1 位有過敏問題。目前台灣常見的過敏病（包括氣喘、過敏性鼻炎、異位性皮膚炎等）不僅普及率高，也跟日常生活緊密相關。

除了戶外的孢粉、微塵之外，室內空間中因打掃揚起的灰塵、蟑螂等昆蟲、屋內的寵物毛屑、寒流期間的冷空氣、裝潢建材釋出的福馬林等，都可能是過敏原。食物引起的過敏症狀更是屢見不鮮，甚至連調味料、味精及食品添加物也可能導致過敏。花粉熱較嚴重的國家，如鄰近的日

本及我們較熟悉的歐美國家，每年花粉季節來臨時，氣象預報便會增添不同種類花粉的擴散資訊，如同溫度、雨量一般。甚至從 1960 年代起，英國就不斷有人呼籲調整每年考試時間以避開花粉季節，因為花粉導致學童嚴重的過敏症狀。顯然，過敏病已經是當今國際性的重要公共衛生及流行病學議題，而 20 世紀快速增加的許多過敏原，以及全球過敏人口的上升，也與現代文化生活緊密鑲嵌在一起。

生病總是讓人不舒服，甚至籠罩在死亡的陰影下，因此疾病往往是負面的標記。2004 年，英國氣喘協會出版了《刀鋒上的生活》：那是嚴重過敏病患者對自己的生活的形容；他們不知道下一次攻擊什麼時候來，會不會致命。然而許多時候過敏卻與「文明」的形象曖昧地結合在一起。

如果我們把時間拉回到 20 世紀初，當 allergy（過敏）一詞剛剛鑄造出來的時候，如花粉熱這種英美典型過敏病其實還相當少見。當時許多醫師認為花粉熱只發生在「高尚階級」，甚至是特定的已開發國家。過敏代表上流社會「纖細而敏感的」神經的失序，這種失序則肇因於 19 世紀以來，西方文明快速發展下的工業化及都市化所

帶來的壓力及生活節奏的改變。也就是說，如果你身處 20 世紀初的倫敦，且每年夏天都會流鼻水、打噴嚏、流眼淚，那麼你很可能會被認為是一個「纖細而敏感的」都會上等人，而不是神經線大條的粗鄙鄉下人。

到了 20 世紀後半，過敏病盛行全球（包括許多開發中國家），過敏慢慢地與文明的另一面扣連起來，變成「（西方）文明的代價」。除了快速的科技與工業發展讓許多新的過敏原進入日常環境之外，現代都市及小家庭生活模式的普及也助長了過敏病的盛行。當現代生活讓我們每天超過 9 成以上的時間都處於室內時，如塵蟎、蟑螂、寵物毛屑、家具建材的有機揮發物等室內過敏原怎能不讓人擔心呢？甚至連我們所習慣的，以清除髒汙及衛生抗菌為主的居家清潔，也被認為是目前過敏病盛行的原因之一。1980 年代後期開始興起的「衛生假說」（hygiene hypothesis），便認為現代過敏病的盛行，是由於現代小孩生長於過度清潔無菌的環境且缺乏同輩親族的交互感染，所導致的早期免疫系統失衡。也因此，近來醫學報導開始

鼓勵父母讓小孩從小接觸寵物及親近大自然，好讓小朋友們可以養成平衡的免疫系統。

所以說，現代家長真的難為。我們必須在腦海中設想一個其實已經不存在的「自然」，然後計算各種可能的過敏原及傳染病風險，規劃經營一個自認為和諧平衡的自然環境，好讓孩子健康地長大。我有時會懷念小時候全家一起打掃家裡的美好時光，只要把所有東西擺好，玻璃、地板擦拭乾淨，廁所不髒不臭就大功告成。每年再找個大太陽的好天氣曬曬棉被，晚上睡覺時就有陽光的味道。那也是記憶中乾淨溫暖安心的味道。

---

許宏彬  
中興大學歷史系

---

### 深度閱讀資料

Jackson, M. (2006) *Allergy: The History of a Modern Malady*. Reaktion, London.