



您對濕疹/特異性皮炎知多少？

三藩市凱薩醫療機構 - 皮膚科

什麼是濕疹？

濕疹是一種最常見皮膚乾燥及痕癢的皮膚病。大約有 10-20%的人口受該症狀影響。濕疹有遺傳的因素，通常與家族或個人病歷中的濕疹，哮喘，及敏感性鼻炎有關。雖然大多數濕疹患者，其家人都會患同樣的症狀，但是可能 20%患者家庭中，只有一名家人患該症狀。

濕疹的成因是什麼？

濕疹的成因是多方面的。遺傳因素，免疫超過敏反應，皮膚障礙缺陷等，所有這些都是濕疹的複雜致病因素。

環境的因素，例如寒冷的天氣，空氣中的過敏原，過度乾燥的皮膚，感染，以及情緒上的壓力都是發病的誘因。

有時塵埃，藏塵的物品，如地氈，羽毛枕頭，鵝毛被，絨毛動物玩具，亦會使症狀加深。就算清除空氣中的敏感原亦很少使症狀得到長久的舒緩。

患有濕疹的兒童常會對食物敏感。食物與濕疹本身的互相關係是很複雜的。食物敏感原可引起斑疹，和可以引起皮膚癢。抓癢皮膚可以令濕疹更壞的。對患有濕疹兒童可進行低準確度的誘因測試，但此項測試只適用於那些對

傳統治療沒有反應的兒童。因為清除食物敏感原亦極少會對濕疹帶來長期的改善。

濕疹臨床特徵

大部份濕疹症狀都在生命的早期出現。該症狀可能在 3 個月大的嬰兒開始。70-95% 的患者，在 5 歲前就開始患該症。在嬰兒時期，斑疹會從面頰開始，延至頭皮，然後在外上臂及腿部出現。但通常不會在穿尿布的部位出現。鱗屑狀，乾燥，及紅色成塊狀的斑疹是該病的典型症狀。有時斑疹會因過度抓癢而引致液體流出，因而受細菌或病毒感染。皮膚可能因發炎而變厚及變色。在童年時期，濕疹大部份出現在面部的口部周圍，以及眼部的周圍。頸前部位，手肘接皺處，膝後，足踝及手部是常受影響的部位。如手指受感染指甲會凹陷。

濕疹是一種慢性病，會不斷地復發。通常在童年時期或青春期會得到改善。大約有 40% 的患者在青春期時症狀完全消失。如症狀在童年時期過後仍繼續存在，皮膚損傷的部位會乾燥，由紅式變為棕色。並且因為長期抓癢，皮膚會變厚。有些患者因為痕癢難以忍受，尤其是在晚間特別痕癢時，抓癢得厲害以至皮破流血。

處理濕疹的方法

由於濕疹沒有方法治愈，對於大部份的患者來說，可以每天定時進行皮膚護理，及使用局部性藥物。濕疹損害皮膚及引致皮膚乾燥，破裂，易受刺激及感染。潤膚霜可助皮膚維持其自然預防的能力，因此每天應使用潤膚霜，以使皮膚滋潤不致乾燥。宜用不太冷或太熱的溫水洗澡。以及刺激性少的肥皂，如 Dove, Basis, Neutrogena 等牌子，或用液體清潔劑，如 Cetaphil, Aquanil 等牌子都是很好的選擇。避免使用加香味及加色的製品，因為那些製品對皮膚敏感的人士具刺激性。洗澡後應拍乾皮膚，並於 3 分鐘後，趁皮膚還濕潤時塗上潤膚霜以防止皮膚乾燥。一般來說，軟膏 ointments 及乳霜 creams 較潤膚液 lotions 為濕潤。Petrolatum (Vaseline 軟膏), Aquaphor 軟膏, Eucerin 乳霜, Cetaphil 乳霜, Neutrogena Norwegian Formula Hand 乳霜, Cera Ve 乳霜都是性能溫和的製品，在藥房有售。

您對濕疹/特異性皮炎知多少？

三藩市凱薩醫療機構 – 皮膚科

避免刺激性誘發物有助防止該症狀的發生。穿著柔軟的棉質衣物對皮膚較為舒適。避免太冷或太熱。塵蹣，青草花粉，動物毛髮，霉菌等物有時都會引致痕癢發作。不過，只是盡量避免誘發物並不足以防止濕疹的發生。

出現斑疹的部位，應使用醫生開的皮膚抗敏感藥物處理。有很多不同種類及藥力的局部性皮類固醇藥劑 cortisone preparation. 您的醫生會依照斑疹的部位及嚴重程度為您選擇適當的藥物。如使用適當，局部性類固醇藥劑是很安全及副作用極少的。一般來說，面部，頸的周圍，膝後，胯下的摺皺部位及腋下，以及手肘的摺皺的等部位都是較為敏感的，因此比其他身體各部需要較少強力類固醇藥劑。長期使用強力類固醇藥劑可能引致皮膚變薄，發亮，斑痕擴大，以及新血管形成等症狀。其他一種較新的局部性皮膚藥，稱為局部性非類固醇免疫調變劑 topical non-steroidal immunomodulators，包括 Protopic 軟膏及 Elidel 軟膏。這些軟膏已獲准兩歲或以上兒童使用，對面部及皮膚折疊的斑疹有效。但使用後一週內會有灼痛的感覺，然後慢慢消失。使用該等藥物時要盡量保護皮膚不被晒傷，因為會產生長期何種副作用還不大清

楚。

對於年紀較大的兒童及成人，使用紫外光療法對舒緩痕癢及控制病症發作會有幫助。

至於使用局部性藥物無效的嚴重濕疹來說，口服類固醇藥劑

systemic corticosteroid 可以有效控制症狀的發作。由於可能產生副作用包括血糖高，血壓高，情緒改變，骨質問題，以及免疫力降低等症狀，該等藥物不應長期使用。其他口服藥如 methotrexate, azathioprine, 及 cyclosporine 等藥都可以用於治療嚴重的濕疹，但須要經常看醫生，以及驗血以監察可能引起的副作用。

抗組織胺例如 Benedryl, Atarax 等藥似乎對痕癢的效用不大，但在晚上服用對睡眠有幫助。有時須要使用口服抗生素以治療重複細菌感染。

總括來說，濕疹是一種慢性皮膚痕癢疾病，需要每天用潤膚劑保持皮膚濕潤，及使用適當的藥物以防止其發作。

本文撰寫人靳美萍醫生 Dr. Dora Chin 是三藩市凱薩醫療中心皮膚科專科醫生。

