

異位性皮膚炎

作者 內湖國診所皮膚科 劉春麟醫師

或許你家的小孩常常抱怨皮膚癢，東抓西抓，皮膚變得極乾燥、粗糙，甚至出紅疹、流滲出液…等。這時你的小孩很有可能得的正是「異位性皮膚炎」。有過敏性體質的人，常表現出一系列眼睛、鼻子及皮膚的症候，包括過敏性結膜炎、過敏性鼻炎、氣喘，以及我們所要談到的異位性皮膚炎。「異位性」這一詞，說得白話一點，就是特異體質、特異反應性的意思。異位性皮膚炎一開始多發生於嬰幼兒、兒童及青少年期。大多數患者都有過敏性體質的家族史或個人史，像過敏性鼻炎、氣喘、或過敏性結膜炎等。共同症狀就是難忍的癢感，導致不斷的搔抓。在特別的部位，像臉、頸、手肘窩、膝窩、或四肢的背側，會出現紅疹，乾燥，以及皮膚變厚、變粗糙的現象。有時還常因難以忍受的癢而不斷的搔抓，導致病灶發炎流湯的情形。這些症狀，到青春期過後，多半會逐漸好轉。然而，也有一部分的人會延續到成年期。換言之，有許多小朋友，及正值青春期的學生，就得面臨病情時好時壞、反覆發作的困擾了。

患者除了有皮膚炎的症狀外，由於皮膚抵抗力較差，還常會受到病毒、細菌的感染。如被疱疹病毒感染，病灶會起水泡；如被細菌感染(最常見的是金黃色葡萄球菌)，病灶會出現流滲出液、化膿等情形；或特別是在臀部的地方，出現一顆一顆化膿的毛囊炎。此時家長不可不慎，應及早就醫，以免因為搔抓而擴散至全身。

由於皮膚異常敏感，因此，有許多物質，都會對患者皮膚造成刺激，如灰塵、狗毛、塵蟎、毛類衣物、肥皂、以及溫濕度的變化等等。因此，除了必須注意避免接觸這些物質外，維持皮膚適當的濕度，也是極為重要的。夏天保持涼爽，冬天則要保濕。此外，並應使用弱酸性肥皂沐浴，並適度使用強效保濕乳液，來保護過於乾燥的皮膚。

治療上，解決患者「皮膚癢」的感覺，是極為重要的。個人主張以最簡單而安全的藥物，如口服一至三種抗組織胺類藥物，及外用止癢藥膏為治療原則，副作用也較低。口服藥以抗組織胺為最普遍的選擇，主因副作用低，且長期使用的安全性也高。缺點是容易嗜睡、食慾增加、水腫(虛胖)、排尿不順等等，停藥後會隨即恢復正常。外用藥膏的治療，目前常用的包括類固醇、免疫抑制劑、及抗組織胺等，醫師多會視症狀輕重，選擇使用。另外，藥膏基劑的選擇也很重要，較乾燥的病灶應使用親油性乳膏；而較濕潤(如流滲出液)的病灶則用親水性乳膏；已變厚(苔癬化)的慢性皮膚炎，要擦

較強效的類固醇；而細菌感染(如膿痂疹)，則要擦抗生素，甚至嚴重時要口服一周抗生素。

異位性皮膚炎在發作時，應儘早接受正確的藥物治療，可避免病灶因搔抓而日益惡化。對於用藥，不必過於恐慌，當必要用的時候，就應當使用。治療雖不能根治，但卻能控制，讓患者不會因為癢，而心情、精神、睡眠不好，影響日常生活。一般治療期須持續數周至數月，待控制良好，即可停藥，之後就以日常生活自我照護為主。如果因為害怕少數藥物副作用，而不敢使用，導致皮膚越抓越癢，上課工作無法專心，睡眠品質不良，甚至因不斷搔抓而引起細菌、病毒感染，那才真是得不償失呢！