

富貴手

作者 內湖國泰診所皮膚科 劉春麟醫師

富貴手，又稱為“手部溼疹”，它是一種刺激性接觸性皮膚炎，半是長期經常性接觸肥皂或清潔劑及水而引起的，或者根本就查不出原因，但一樣會因接觸水及清潔劑而惡化。症狀為手掌皮膚乾燥及發紅，指頭乾裂脫皮，偶爾手背亦可見乾裂。有的人會很癢，有的人卻不會癢。除了主婦以外，凡是常因工作所需而不斷洗手的，像美髮美容師、餐飲工作者、醫療工作者等等，均易發生手部溼疹。手部溼疹，大多發生於女性，冬季會比較嚴重(因為氣候乾燥的關係)，屬冬季常見的皮膚病。

手部溼疹的可能病因繁不勝舉，從廚房裡的大蒜、洋蔥、蘿蔔、橡膠手套，到日常用品所含的鎳、色素、塑膠顆粒、鉻等等均有可能。除非有確切的因果關係，否則一般是找不到病因的，即使做接觸性皮膚炎的貼布試驗也不見得找得到過敏原。所以手部溼疹，被認為是刺激性接觸性皮膚炎，除了避免接觸刺激原(肥皂、清潔劑及水)外，就是症狀治療。

富貴手的治療，第一項，就是避免一切會使皮膚乾燥的事物。不過常常會很困難，特別是對某些人而言，就如家庭主婦離不開水，美髮師離不開洗髮精，護士小姐離不開酒精棉球，所以要在皮膚與刺激原之間加一層隔離，最簡單就是戴手套，或擦油脂軟膏以期不要太乾裂。大概任何事物都有正反兩面，橡膠手套也會引起過敏性皮膚炎，持續戴太久一樣使手浸溼於汗液裡；油脂擦在手上，兩手油油的也不好做事。於是可以用擦起來不油膩的軟膏，如尿素等，可以稍微的溶解角質，又可使皮膚保濕，不致於乾裂。嚴重的時候，就要擦一些類固醇藥膏。

雙手應該如何保養呢：

一、儘量減少手直接接觸水及清潔劑。這要從二個方面做起：一是戴手套，最好是選擇有棉質襯裏的，這樣手才不會濕濕的，跟直接接觸橡膠。二是讓家人來分擔做要用水的家庭瑣事，或者把要用水的瑣事集中一次做完。一次長時間的浸溼比多次頻繁的洗手所造成的傷害要小得多，最好把碗碟集中一次洗完，以及使用長柄刷子，可以減少手接觸清潔劑的時間。

二、很頻繁地塗抹油脂以補充被洗掉的皮脂。除了醫師所處方的軟膏外，自己也可以經常性的塗抹不含刺激性香料或化學品的護手霜，或是最簡單的凡士林也不錯。這些護手霜要常常地使用，在每一次洗手之後或感覺乾燥的時候就要使用，一天可能要擦十次以上。擦2-3次，是沒有太大效果的。

三、嚴重時可用類固醇軟膏，因為手掌角質很厚，所以要用強力類固醇藥膏。如果塗抹後仍沒有改善，可用保鮮膜或手扒雞手套封住以加強藥膏的滲透。改善之後，就改用弱的類固醇，再漸漸停掉，用單純的護手霜來做保養。

有時，手部黴菌感染(香港手)，也會造成手部脫皮及皮膚增厚，很像是富貴手。但它多半是單手發生，且常合併香港腳。因此，如果你的手部皮膚病一直擦藥擦不好，也應該去看皮膚科，做個正確診斷為宜。