

認識異位性皮膚炎

文 / 家庭醫學部住院醫師 袁嘉秀



袁嘉秀醫師檔案

現職：臺北榮民總醫院家庭醫學部住院醫師

學歷：1.臺北醫學大學醫學系畢業

2.加州大學爾灣分校生物科學和社會心理學系畢業

專長：家庭醫學、公共衛生、預防醫學

異位性皮膚炎，在皮膚表現為發炎、紅斑、瘙癢和乾燥。它可能發生於所有年齡層的人，但在兒童最常見。全世界大約有5%至20%的兒童受到其影響，而在臺灣約有8%至10%；成年人的患病率約為3%。在大多數情況下，異位性皮膚炎在5歲之前發病，女性比男性更容易發生。兒童容易出現在四肢屈側部位，成人期則好犯四肢伸側。嚴重者，病灶可遍佈全身。

異位性皮膚炎可能由遺傳和環境因素共同誘發。這些患者的皮膚屏障存在缺陷，導致皮膚更加乾燥、更容易受到

環境刺激物，比方寵物皮屑和塵等等的刺激而產生過敏；這樣的皮膚也更容易受到細菌、病毒或真菌的感染。

危險因子：

◎家屬病史

- 約有 70% 的患者有家族病史
- 患有異位性皮膚炎的父母，其子女罹患異位性皮膚炎的風險是一般人的二到三倍

◎環境暴露

- 冬季更為常見
- 空氣污染

症狀：

- ◎皮膚乾燥
- ◎皮疹、紅疹
- ◎瘙癢
- ◎刺激
- ◎結痂

建議：

雖然沒有完全治癒皮膚炎的方法，但有不少藥物和藥膏能有效控制症狀，同時搭配生活型態的調整，對於症狀控制也有不小的幫助。遵循這些原則應該可以大幅度減少異位性皮膚炎帶來的困擾，說明如下：

◎盡量減少暴露於極高的溫度和濕度

- 在炎熱潮濕的環境中盡量穿輕便的棉質衣服
- 在寒冷和乾燥的條件下換上易於穿脫的衣服

◎正確洗澡

- 水應該是溫水（不是熱水），沐浴時間應該限制在5至10分鐘之間。
- 沐浴後應輕輕拍乾皮膚。
- 通常一天洗一次澡就足夠了，因為過度洗澡會使皮膚乾燥

◎充分正確的保濕

◎沐浴後最好使用乳液或乳霜，保持皮膚水分

◎治療瘙癢

- 冷水浴和冰敷都有幫助

- 冷藏過的乳液或乳霜

- 抗組織胺藥物

◎治療皮疹

- 局部皮質類固醇藥膏（有不同的強度和配方）
- 在嚴重和難以治療的特定病例中，可能需要使用全身性藥物治療

◎避免引發因素

- 有些人有特定的引發因素，有些人則沒有，這些因素可能會隨時間改變。
- 常見的引發因素包括：沒有保濕的過度沐浴、低濕度環境、暴露於煙霧、情緒壓力、汗水、摩擦和過熱的皮膚以及接觸某些產品。
- 可以考慮進行過敏測試，以確定可能的引發因素。



▲圖：異位性皮膚炎如未妥善處理，將增「類天疱瘡」機率造成皮膚瘙癢、水疱、破皮症狀。



榮 總 人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

470

112年7月號

齊心協力 爭取佳績



近期從緊急醫療分級實地評定開始，至醫院評鑑暨教學醫院評鑑的實地訪查終告一段落；陳威明院長表示，在五位副院長、各級主管及全體同仁傾全力展現了醫院最傑出成就，全院上下團結一心的付出與超高效率下展現優質的表現，令人由衷感動！更相信在盡心守護醫院榮譽的所有同仁努力下，必能獲得亮眼成績，並一一達成接續任務。