

灰指甲全攻略

文 | 家庭醫學部住院醫師 王郁晴



王郁晴 醫師

現 職：臺北榮民總醫院家庭醫學部住院醫師

學 歷：國立陽明交通大學醫學系

專 長：預防醫學、家庭醫學

簡介

灰指甲（甲癬）是一種指甲被黴菌感染的疾病，較常見於腳趾甲，也可發生在手指甲。常見症狀包括指甲變黃、變白、變厚、變形、脆裂與甲床分離等。

病因與流行病學

最常見致病菌為皮癬菌（佔腳 90%；手 50%），其次為非皮癬菌黴菌（佔 8%）及酵母菌（佔 2%，常見於手）。灰指甲盛行率約為 8%~11%，近年來持續上升，危險因子包括高齡、糖尿病、免疫低下、有香港腳，或與感染者同住。

臨床分型

1. 遠端側緣甲下型：最常見，黴菌從遠 / 側端甲板下方侵入，指甲變黃變厚。
2. 白色表淺型：黴菌侵入甲板表層，指甲表面出現白色粉狀，通常可刮除。
3. 近端甲下型：罕見，黴菌自近端甲溝向前侵入，常見於免疫低下者。
4. 甲內型：黴菌直接侵入遠端甲板，不會出現典型甲下角質增生。
5. 全甲破壞型：最嚴重，慢性甲癬的末期表現。

診斷

有近一半指甲問題非黴菌造成，口服治療前建議先進行黴菌檢查。

1. 氫氧化鉀（KOH）染色：快速但敏感度僅約 65%，且無法分辨菌種。
2. 指甲切片 + 過碘酸希夫氏（PAS）染色：敏感度最高，約 95%。
3. 黴菌培養：特異性高，但敏感度僅約 60%，且需耗時數週。
4. 黴菌聚合酶鏈鎖反應（PCR）檢測：相較培養，可提升約 20% 的皮癬菌菌種辨識率。
5. 皮膚鏡：可鑑別甲癬與其他指甲失養症。

治療

◆外用抗黴菌藥：適合輕度或局部感染

常見用藥：

- （1）Exelderm（優足達液劑，健保給付），需每天塗抹。
- （2）Loceryl（樂指利油劑，自費）：1 週只需塗抹 1-2 次，穿透厚指甲能力較佳，且會形成抗菌薄膜。

療程：手 6-9 月、腳 9-12 月，指甲過厚者單擦藥效果有限，建議合併磨甲或雷射治療

◆口服抗黴菌藥：最有效方式，適合中重度感染、影響多指甲，或糖尿病患。

常見用藥：

- （1）Terbinafine（2）Itraconazole

療程：手 6 週、腳 12 週；指甲完全恢復仍需 6-12 月，需定期抽血追蹤肝功能（嚴重肝損傷罕見，多數停藥會自行恢復），並注意藥物交互作用。

◆雷射 / 光療治療：單獨使用效果不好，通常要搭配口服或外用治療。

日常預防與照護

1. 洗澡或流汗後應儘速擦乾足部、趾縫處。
2. 穿著透氣性佳的鞋襪，並備有兩雙以上的鞋子交替更換。
3. 不與他人共用指甲剪、拖鞋或毛巾。

資料來源

1. Bodman MA, Syed HA, Krishnamurthy K. Onychomycosis. [Updated 2025 Nov 6]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2026 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK441853/>
2. Frazier WT, Santiago-Delgado ZM, Stupka KC. Onychomycosis: Rapid Evidence Review. Am Fam Physician. 2021;104(4):359-367.
3. Kao WY, Su CW, Huang YS, et al. Risk of oral antifungal agent-induced liver injury in Taiwanese. Br J Clin Pharmacol. 2014;77(1):180-189. doi:10.1111/bcp.12178
4. 優足達液劑、樂指利油劑藥物仿單



榮總人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin



板橋郵局許可證
板橋字第1279號

雜誌

中華郵政台北雜字第1392號
登記證登記為新聞紙交寄

中華民國115年8月

August, 2026

507

德澤永銘、醫路同行

感念尹總裁長年善行，守護醫護、厚植醫療



醫療大百科

復健醫學部專題

- 你吃的維他命D真的有效嗎？90%的人都搞錯了！從D3、骨化二醇到骨化三醇，教你看懂抽血數值及補充劑量
- 照亮身體的療癒之光：靜脈雷射如何緩解慢性疼痛與纖維肌痛症
- 揮拍背後的隱形危機：桌球常見運動傷害與防護指南
- 北榮特色醫療：滑雪運動員全方位檢測體系及個案分享

大師講堂

音樂創作人黃國倫蒞院分享
勇敢逐夢·化不可能為可能

承先啟後 醫心相傳

114年醫師學術論文獎
頑固型憂鬱症會家族遺傳！
研究證實一等親罹病風險增九倍