

甲癬（灰指甲）

家庭醫學部 余貴華醫師

林明慧主任

親朋好友聚會，於社交場合談天之餘，總是對自己黃灰的厚指甲覺得不美觀嗎？究竟是什麼原因會讓我們得到甲癬（灰指甲）呢？

甲癬-是一種指甲的黴菌感染，導致指甲的增厚、疼痛，甚至進一步誘發指甲板、指甲基質等指甲軟組織的細菌感染。常處於潮溼悶熱的環境，患有足癬（香港腳）、糖尿病或是免疫力低落的族群，皆更可能罹患灰指甲，另外家人有灰指甲的問題，也可能增加環境中的黴菌量，提高其他同住者曝觸感染的風險。

臨床上常見的灰指甲有三種類別-

1. 遠端外側指甲下方甲癬：這是最常見的灰指甲類型，通常由腳趾大拇趾的外側開始角質層的增厚，之後逐漸擴展到整個甲板以及指甲後側半月型的表皮，增生的角質層和碎屑會造成甲床剝離和指甲變色。
2. 淺層白色甲癬：出現指甲表面的暗白色點點，由點點周圍開始擴散到整個指甲片，常導致指甲失去堅硬的表面。
3. 近端指甲下方甲癬：這是相對比較不常見的甲癬類型，由近端指甲緣層開始往遠端侵犯，免疫力缺乏者，更容易罹患這種類型的灰指甲。

甲癬的治療，包括全身或是局部的抗黴菌藥物、雷射治療、光動力療法或是外科手術治療等。其中又以使用抗黴菌藥物為主流，醫師和病人可由疾病嚴重度、副作用的評估、用藥順從性及花費等來決定治療方法。

目前市面上治療灰指甲最常見的口服藥有兩種，療黴舒(Lamisil®)和適撲諾(Sporanox®)。療黴舒一天服用一顆，療程約需6~12周，適撲諾每天早晚各吃一顆，療程約12周。抗黴菌藥物主要由肝臟代謝，所以一般在療程開始前會先進行肝功能的監測，並於治療期間定期監測肝功能(4-6周)。藥物可能的副作用包括頭痛、頭暈、噁心、腸胃道不適等症狀。特別需注意肝功能不佳的患者使用這類藥物的反應，若是合併有右上腹疼痛、黃疸、茶色尿、淺色糞便等症狀，應立即停藥並就醫檢查肝功能。

局部抗黴菌藥物治療的重點，在於每次使用前應先把指甲受感染的部位磨去，再塗抹藥物於患部。除了坊間常見的抗黴菌藥水、藥膏、滴劑之外，號稱甲癬特效藥的樂指利(Loceryl®)也是選項之一。樂指利在使用前除了要挫除受感染的部位，也建議先以酒精消毒後，再像塗指甲油一樣在指甲面塗抹藥物。局部藥物的使用雖然副作用較低，但是效果不若口服藥顯著，且需要持之以恆的耐心，向灰指甲抗戰，療程至少都要持續半年以上。

甲癬（灰指甲）除了美觀上的問題，也會因為指甲增厚造成行走疼痛，或是導致細菌的伺機性感染，除了用藥治療之外，養成良好生活習慣，保持腳部的乾

燥和通風，避免潮濕的環境，才能真正遠離灰指甲，讓美麗人生，趾日可待。



余貴華醫師

現職：臺北榮總家庭醫學部住院醫師

學歷：國立陽明大學醫學系畢業

專長：家庭醫學