

拒當癩皮人

台灣屬於亞熱帶氣候，天氣炎熱又潮濕，一到夏天總是滿身大汗，衣服都是乾了又濕、濕了又乾。這樣的天氣和濕度，正好是皮癬菌的溫床，皮癬菌感染(俗稱癩痢)患者大增。根據統計台灣每10人就超過一人有香港腳的問題，這也是常見皮癬菌感染的疾病。除了皮膚一塊一塊脫屑發紅發癢難受又影響美觀，更甚者造成皮膚、毛髮、指甲結構損壞，細菌趁隙而入產生續發性細菌感染併發蜂窩性組織炎，兵敗如山倒，不可不慎！

所謂皮癬，即是皮膚受到黴菌感染產生的表皮病灶，會有環狀、脫屑、發紅等等典型特徵，角質增厚、水泡、潰爛等也可見，按照受到感染的部位不同又有頭癬、體癬、股癬、甲癬之分。患者常常可以在身體多處發現病灶，若病患因為癢感難耐、反覆搔抓，有可能足部的皮癬菌感染到指甲或是隨著搔抓其他部位而因此也遭受感染，所以適當的診治搭配良好的衛生習慣在治療皮癬很重要。

皮癬的診斷除了臨床上典型病灶的辨別以外，醫師也可藉刮取部分病灶皮屑於玻片上，加入含有KOH成分的試劑，於顯微鏡下觀察有無皮癬菌來做正確的診斷。治療上，大部分醫師會開立含抗黴菌成分的藥膏，一般建議病灶改善狀況至少維持兩週以避免復發，若遇到角質較厚的病灶，會搭配開立軟化角質的藥膏塗抹，讓抗黴菌藥膏的效果更好。甲癬患者因為指甲結構較難讓藥劑深入病灶，較嚴重的患者考慮口服抗黴菌藥才能早日康復。

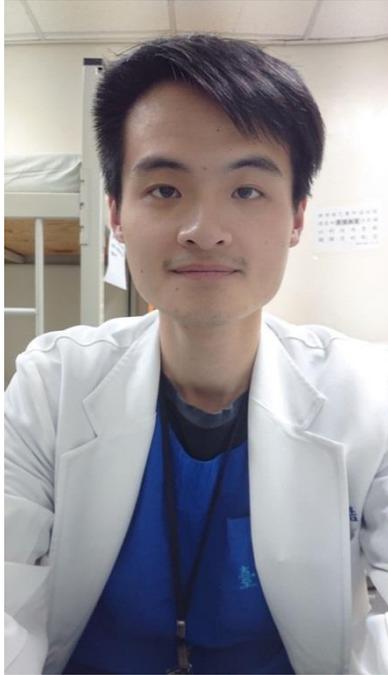
很多時候，診間患者常抱怨為何皮癬治療常常反覆發作無法改善？除皮癬本身容易復發的特性外，易受很多其他原因影響，舉凡錯誤診斷、錯誤治療(例如香港腳使用含類固醇藥膏可能導致狀況惡化)、用藥時間不夠、未遵醫囑確實治療、以及免疫力低下患者(糖尿病、肝硬化、慢性腎病、癌症、免疫抑制劑治療等)等等因素都可能讓皮癬不易治癒。因此有了正確的診斷和治療，同時也要耐心完成療程，才能看到病灶逐漸改善。

皮癬治療完成後，建議搭配良好保健以及生活習慣以避免復發。如做好慢性病控制按時服藥，平常多元攝取均衡飲食，加上規律運動、減少壓力以增強自身免疫力。習慣方面如洗澡完後將全身以及足部趾縫擦乾，穿著通風的衣物以及鞋襪保持乾爽，避免在公共場域赤腳或與他人共用鞋襪梳子等，都可以減少自己被感染或是復發的機會。

參考資料：

1. 衛生福利部疾病管制署 - 皮癬菌症(Dermatophytosis)

2. UpToDate: Dermatophyte (tinea) infections
3. Tinea pedis DermNet NZ
<https://dermnetnz.org/topics/tinea-pedis>
4. Dermatophyte infections: Am Fam Physician. 2003 Jan 1;67(1):101-8.



林敬皓醫師
臺北榮民總醫院家庭醫學部 住院醫師
國防醫學院醫學系畢業
專長：家庭醫學、預防醫學