

皮膚的健康秘密－從皮膚狀況看健康(二)

[發表醫師] :護理指導 醫師(皮膚科)

[發布日期] :2005/3/31

第二節 從皮表狀態看健康

皮膚是人體最大的器官，也是最易察覺的器官，透過有經驗的皮膚科醫師的一雙眼所謂見微知著，看到的雖然是很表面的病灶，卻很可能是全身性疾病的一種表現，我們從各個系統早期可能引發出的皮膚徵兆，帶你進入常見相關的系統性疾病。

你是乾妹妹還是天生油物呢？或是可以再靠近一點看都沒關係的好膚質呢？皮膚表面的狀態可以顯現內在的疾病，請仔細觀察。

狀態：正常/異常：與此症狀有關的器官：可能罹患的疾病：參見

油光滿面：異常：皮膚 / 內分泌系統：脂漏性皮膚炎 / 男性荷爾蒙分泌過多/ 巴金森

氏症：天生「油」物與「乾」妹妹—皮膚太乾、過油都不好

乾燥脫皮：異常：皮膚 / 內分泌系統 / 腎臟系統：魚鱗癬 / 先天角質不良 / 乾癬 / 角

質過度 / 黏液水腫 / 慢性腎炎 / 長期的營養缺失 / 甲狀腺亢進或低下：天生「油」物與

「乾」妹妹—皮膚太乾、過油都不好 / 皮膚出現硬化與水腫—內分泌與新陳代謝失調

無彈性：異常：皮膚：彈力纖維分解症 / 膠原蛋白缺損症 / 黏多醣沉澱 / 糖尿病所

化水腫 / 甲狀腺機能亢進或缺失 / 不會「Q」的皮膚——皮膚真皮層有問題

關節皮膚紅腫：異常：免疫系統 / 皮膚：紅斑性狼瘡 / 乾癬 / 急性痛風關節炎 / 慢性

痛風石：關節皮膚紅腫——多種疾病的症狀之一

凹陷：異常：免疫系統 / 皮膚：紅斑性狼瘡 / 脂肪炎：皮膚凹凹凸凸——脂肪水分分佈不正常

凸起：正常或異常：肌肉系統：脂肪瘤：皮膚凹凹凸凸——脂肪水分分佈不正常

腫起：異常：腎臟 / 心血管循環系統：慢性腎功能衰竭 / 心肺功能衰竭 / 靜脈曲張 /

血絲感染 / 甲狀腺亢進或低下 / 糖尿病：皮膚凹凹凸凸——脂肪水分分佈不正常 / 皮膚出現硬化與水腫——內分泌與新陳代謝失調

搔癢：異常：皮膚 / 免疫系統 / 腎臟：異位性皮膚炎 / 老年性乾燥 / 過敏性體質 / 慢

性腎臟衰竭：非過敏性的長期搔癢——要小心腎臟疾病

中標：天生「油」物與「乾」妹妹——皮膚太乾、過油都不好

皮膚是否表面有光澤有賴於皮膚表皮角質層的防禦功能，即水及離子散失功能(所謂的保濕能力)；而皮膚表面的光澤主要靠分布於表面的脂質(一部分由皮脂腺分泌)、角質層及表皮層的脂質，它不但可以抓住水分，並且可以避免水分從真皮組織蒸發散失。

有光澤的皮膚必須同時在皮膚表面有適當的脂質，及在角質層有超過 10%的含水量，充分的脂質方能減少不必要的水分散失，並保持光澤；然而過度的脂質分泌不但油光滿面，也可能造成毛囊的阻塞而形成痤瘡，會讓皮膚油光滿面的疾病包括脂漏性皮膚炎、男性荷爾蒙分泌過多及巴金森氏症等。

角質層的含水量若低於 10%，便會造成皮膚乾燥及脫皮的現象，包括魚鱗癬、先天角質不良、乾癬、角質過度、黏液水腫及慢性腎炎的疾病；長期的營養缺失也會造成皮膚乾燥，如蛋白質、維他命 A、C、Niacin 等。

中標：不會「Q」的皮膚——皮膚真皮層有問題

皮膚的彈性與質地決定於真皮層，真皮層藉由膠原蛋白、彈力纖維及一大堆富含蛋白質成分的所謂基質來維持它的彈性及容量，使之不易鬆垮或凹陷。事實上，皮膚老化與否可由真皮來判斷，在老化的皮膚中，膠原蛋白會減少，並有不正常的彈力素沉積，且基質也會變得稀少，當皮膚鬆弛或突出時表示膠原蛋白或彈力纖維在量方面有異常的減少，可能原因包括老化、彈力纖維分解症或是膠原蛋白缺損症(Cutis laxa, Ehlers-Danlos syndrome, Anetoderma)。

相對的，當皮膚過度緊實甚至已有硬化現象時，代表的是不正常膠原蛋白增生或肥大，最常見的便是硬皮症或受傷疤痕，過多的黏液(蛋白質)在真皮層沉澱時，皮膚會有不正常的隆起，發生原因包括原發性的黏多醣沉澱、次發性的如糖尿病所造成的硬化水腫(scleredema)或甲狀腺機能亢進或缺失所導致。

中標：關節皮膚紅腫——多種疾病的症狀之一

你的手指小關節有紅腫或變形的現象嗎？這是許多疾病症狀的一部分，如自體免疫疾病紅斑性狼瘡，有時也會侵犯關節造成關節炎，一般較易在小關節發生，如手指末端產生僵硬或疼痛感。

乾癬的病人，有時也會有關節炎的症狀，好發部位同樣是以手、腳末端的小關節為主，並有僵硬或疼痛的症狀，少數嚴重患者甚至會因長期腫脹而變形，絕大部分乾癬關節炎患者，會先有皮膚乾癬的產生，然後再有關節炎。

當被診斷出乾癬並同時有關節痛症狀時，必須於關節處進行 X 光的檢查並作定期的追蹤。急性痛風關節炎幾乎 75% 會發生在以下肢腳掌的單一關節上，急性期於關節處紅腫、疼痛，3~10 天後可能自行緩解。慢性痛風石可以沉積於關節囊、韌帶、手臂或耳朵的皮下組織處，血液檢查可發現尿酸過高的現象，治療方面應減少酒精及高普林食物的攝取，一旦發作可給秋水仙素或非類固醇抗發炎製劑以減緩發炎反應。

中標：皮膚凹凹凸凸——脂肪及水分的分布不正常

皮膚的凹凸亦與脂肪的多寡有關，正常的皮膚背上脂肪最厚，如果不正常的局部增生則可能是一種脂肪瘤；有些人可能全身上下都摸得到這類的皮下突起，少數病人可能與糖尿病有關。

脂肪如果減少便會形成凹陷，最常看到是一些長期打針的病患，而造成皮下脂肪發炎而導致萎縮，另外一些自體免疫病，如紅斑性狼瘡、脂肪炎等，也可能導致皮下脂肪萎縮。

皮膚的腫脹也就是所謂積水，可能來自於全身性疾患，雖然表面看起來很光滑，但用手指壓住易形成凹陷而不易回復，例如慢性肝臟疾患造成白蛋白製造減少，腎功能異常使得蛋白質由尿液中排出(蛋白尿)，或心肺功能衰竭者皆可能造成全身性的水腫；局部性

的水腫則可能因為局部的靜脈或淋巴循環不良，如小腿長期的腫脹，可能因為靜脈曲張導致慢性靜脈循環不良，造成的小腿及腳踝的長期水腫，或慢性深部靜脈栓塞形成的小腿水腫；淋巴循環不良亦容易造成淋巴水腫

，較容易發生於靜脈曲張者，或是因癌症接受過淋巴切除術、放射性治療的患者，少數亦與血絲感染有關。

中標：非過敏性的長期搔癢——要小心腎臟疾病

臨床上長期搔癢的內在原因除了異位性皮膚炎、老年性乾燥及過敏性體質外，慢性腎臟衰竭的癢算是非常頑固而不易治療的一種。仔細觀察這類病人的皮膚，除了非常乾燥外，並有特殊的青銅色膚色，所以會造成強烈的癢感，有人認為與洗腎後血液中鈣、鎂離子的失衡有關，但卻無法解釋所有的現象，而病人經由長期搔抓不但會有很多傷口，也可能會產生一些特殊的毛囊炎、節結癢疹及角化症。這類病人的癢一般無法由口服組織胺控制，有時必須透過紫外線的治療方能得到緩解，而充分使用乳液滋潤乾燥皮膚，更是止癢的必要步驟。

中標：皮膚出現硬化與水腫——內分泌與新陳代謝失調

甲狀腺機能失衡，不管亢進或低下，都可能造成皮膚或毛髮的病變。當甲狀腺機能亢進時可能會造成圓形禿髮、白斑、指甲異常、慢性蕁麻疹及皮膚會產生黏多醣的堆積(尤其好發於小前腿)，此時的甲狀腺素通常是較高的；相對的，當甲狀腺機能低下時，皮膚不僅乾燥，而且可能會變為全身性的黏液水腫，血液檢查可以發現甲狀腺素降低的現象。不管亢進或低下都必須進一步檢查其原因，讓甲狀腺素正常化方能改善皮膚症狀。

長期的高血糖也容易造成真皮小動脈或微血管內皮細胞增厚，進而造成皮膚病變，如小腿易有棕色到黑色的疤痕或不明原因的水泡，同時臉或皮膚容易發紅，少數病人在脖子或後上背會因黏多醣增生而造成增厚變硬的現象，稱為硬化水腫，而如果病人有肥胖的現象，更易在脖子後面產生像污垢洗不乾淨的黑色棘皮症。治療上應盡量控制血糖，避免長期血糖過高，便能預防長期因高血糖所造成的小血管及神經病變，進而預防皮膚病變的發生。

End

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。