

孕期皮膚搔癢問題

[發表醫師] : 蔡秀欣 醫師(皮膚科)

[發布日期] : 2003/6/26

懷孕期間，準媽媽們除了頻尿、孕吐等等不適症狀之外，常常會有一些皮膚搔癢的小問題。問題雖然不大，但卻影響到生活品質，甚至嚴重到影響睡眠的地步。根據國外的統計，大約有五分之一的女性在懷孕期間或剛生產完的一小段日子裏有皮膚搔癢的困擾。然而值得一提的是，並不是所有孕婦的皮膚病都直接和懷孕有關。事實上，大多數孕婦的皮膚搔癢都是因為一些常見的、和懷孕無關的皮膚病引起的，例如：蕁麻疹、濕疹、接觸性皮炎、藥物疹、乾性皮炎、甚至疥瘡感染等等。只有少數病人的皮膚病灶是直接跟懷孕有關的。一旦有了皮膚搔癢的問題，還是要先考慮是否有接觸或食用一些可能引起過敏的東西，排除掉其它可能性之後，才考慮是否因為懷孕造成的。

懷孕期間最常見的皮膚搔癢問題是濕疹，多半出現在懷孕中期，大約四、五個月時。因為此時寶寶的成長加快，肚皮上承受了較多的張力，此時若沒有適時的給媽咪的肚皮額外的滋潤，一些皮膚較乾燥的孕婦往往會在腰部或腹部的地方出現乾癢的症狀。如果搔抓得太厲害則進一步引起濕疹的病灶。要想避免上述的情形，建議準媽媽們從四個月開始注意減少肚皮上清潔用品的用量，並且於沐浴後在腰腹處加塗一些乳液，同時避免穿著悶熱不透氣的衣物。

懷孕期間的皮膚病和懷孕本身確定有關的首推孕期多形疹(polymorphic eruption of pregnancy)，又稱孕期搔癢性蕁麻疹樣丘疹和斑塊(pruritic urticarial papules and plaques of pregnancy)，簡稱 PUPPP。此病名雖然複雜，卻忠實地反映了病情的概況：開始時是一些很小的紅色丘疹，排列於肚臍附近的妊娠紋上，細看之下疹子四周有些浮腫，好像蕁麻疹一樣的情形，但卻持續不消退。漸漸的丘疹互相融合成大的斑塊，並且擴展至大腿、四肢等部位。幸好病灶並不會漫延至臉部。PUPPP 在臨床上並不少見，文獻中推估大約每兩百五十個孕婦中就有一個患有此症。除了多樣化的皮膚疹子以外，其病程也相當特殊，通常患者為初次懷孕，每每在懷孕接近尾聲時才出現，即使不治療，病灶也會在生產完後數天內自行痊癒。此病不影響產婦或胎兒的健康，且曾患過此病的人在下一胎懷孕時往往不會復發。治療上以局部塗擦類固醇藥膏及口服抗組織胺來治療。唯孕婦到了懷孕後期往往已有妊娠紋，若長時間擦類固醇藥膏可能使皮膚更加脆弱，妊娠紋的狀況有可能會加重。

另一種較少見的皮膚問題是孕期搔癢症。一般都認為與懷孕時高量的女性荷爾蒙影響到某些體質特殊的患者的膽汁分泌有關。多半發生於懷孕後期，好發於腹部。除了一些明顯的搔抓痕跡以外，並沒有其他的病灶。嚴重時甚至有膽汁滯留，出現黃疸的現象。這一類病人發生率不高，估計在百分之 0.02 到 2.4 之間。因為是特殊體質的關係，患者在下一胎懷孕時往往會再發，甚至有人平時口服避孕藥時也會發病。因此一些病情較嚴重、有黃疸現象者又被稱為反覆型孕期膽汁滯留症。文獻上曾有報告指出有家族遺傳性。罹患此症的孕婦早產或胎兒較小的機會比正常人稍微高一些。治療上除了可以給予如前述 PUPPP 的症狀治療之外，可以多擦乳液，或口服膽汁螯合劑幫助膽汁的排除也有不錯的效果。患者多半在生產之後數週內恢復正常。

懷孕期間體內各種荷爾蒙有急遽的變化，尤其是動情激素和黃體激素這兩種女性荷爾蒙大量增加，或多或少都影響到皮膚的一些表現。最爲人所熟知的是黑色素增加。除了乳暈等處變黑之外，據國外的統計大約有一半的孕婦會在兩頰產生孕斑，而原先有雀斑的婦女在懷孕時則會更加明顯。所幸這些皮膚變黑的問題在產後一段時間以後往往會較爲改善。要提醒大家的是，在懷孕期間黑色素細胞較爲活躍，會製造較多的黑色素，因此在這一段時間即使只是尋常的蚊蟲叮咬或濕疹也很有可能會在痊癒後留下一些疤痕（即所謂的發炎後的色素沉澱），而且病灶好得愈慢，色素沉澱愈明顯。因此建議準媽媽們一旦有皮膚癢的狀況要儘早到皮膚科門診來治療。

!!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爲，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。