

異位性皮膚炎

一、何謂異味性皮膚炎

所謂的「異位性」體質，指的是個人體質上容易對外界環境中的過敏原，或是受溫度、濕度變化的刺激而產生氣喘、花粉熱（過敏性鼻炎）或濕疹。

有些人只有其中一種體質，有些人有兩種、甚至三種異位性體質合在一起。約有 80% 的病人除了他本人外，家族也有異位性體質。一般民眾中相當多的人有異位性體質，若父母雙方皆有此體質，則小孩發生異位性體質的機會就會大大的提高。

異位性皮膚炎是一種慢性、持續性或反覆發作，伴有劇癢的皮膚病。據美國的資料顯示，大約 10% 的嬰兒及 3% 的成人有異位性皮膚炎。此病雖然可以發生於任何年紀的人，但是最常在嬰幼兒期開始發病。許多病童在兩歲以後就會改善，但大約 60% 的病人一輩子有某些程度或反覆發作的濕疹，由於皮膚癢得厲害，令人相當困擾。

二、異味性皮膚炎症狀

1. 在嬰幼兒其發生的異位性皮膚炎又稱為『嬰兒濕疹』，嬰兒大約在半歲左右開始在臉部、頭皮、頸部、手部或四肢的關節處皮膚出現一些很癢的落屑性紅斑，較嚴重時會有小水皰，淌水及結痂。
2. 在兩歲以後仍然有濕疹發作，出現慢性的變化，呈現紅褐色到灰褐色，表面粗厚角質化的現象。同時病灶非常癢，尤其是晚上特別厲害。
3. 異位性體質除了濕疹以外，皮膚常較為乾燥，即所謂的乾性膚質。明顯者可能合併有『尋常性魚鱗癬』（四肢伸側皮膚乾躁，角化過度而呈現龜裂狀，在冬季特別明顯），或『毛孔角化』（上臂、大腿、背部的毛孔成褐色，摸起來有小小的角質點）。

三、異味性皮膚炎誘發因素

異位性皮膚炎的發作主要是與皮膚表面受到溫度或濕度變化的刺激，毛質衣物磨擦，或身心的壓力有關。冬天時皮膚太乾，或夏天的汗水刺激、磨擦等都會提升病人之癢感，而使病人不斷的搔抓，造成濕疹的惡化。再加上有時病人清潔皮膚的方法不當，過度或不正確地使用清潔殺菌劑造成皮膚的二度傷害。有時病灶會因搔抓後發生續發性之細菌感染（以金黃葡萄球菌為主），使得整個濕疹的病情惡化。

四、治療

最基本的治療包括 1. 保濕劑 2. 外用類固醇藥膏 3. 口服抗組織胺劑，來抑制發炎反應及癢感，使濕疹消褪。如果病灶有續發性之細菌感染，則須合併使用口服抗生素，否則很難有效的改善病情。皮膚科醫師會視病情的輕重，調節用藥的種類及強弱。一般而言，病灶開始改善以後，宜改用溫和的類固醇藥膏繼續使用，以免因長期使用強效藥膏而引起一些副作用。

五、居家照顧及保養

1. 避免過敏原。
2. 依照醫師指示適當使用口服抗組織胺及局部塗抹藥膏。
3. 隨時提醒小朋友不要搔抓，才不會造成感染或使癢的區域擴大。
4. 剪短指甲、修平並保持清潔，睡覺時戴棉質手套。以溫和的嬰兒肥皂洗澡、洗臉，趁皮膚上水份尚未完全擦乾或擦半乾時，儘快塗抹合適的保濕霜、保濕劑。
5. 食物方面，避免易過敏及辛辣、油膩的刺激食物。
6. 環境應保持通風涼爽，適時使用冷氣空調。避免在悶熱的環境中。
7. 流汗時以濕毛巾擦拭，儘快沖澡將沖掉汗水，再換上乾淨清爽的衣服。
8. 穿著透氣吸汗的棉質衣物，儘量少穿緊身衣物或粗糙、毛料的衣褲(例如：牛仔褲)。
9. 游泳或泡湯時間不宜過長，結束後儘快以清水沖洗乾淨並立刻擦上保濕霜。



參考文獻：

林于榮、江伯倫 (2009)·異位性皮膚炎·臺灣醫學·14 (1), 57-60。

黃潔貞 (2009)·異位性皮膚炎的治療·臺北市醫師公會會刊·54 (10), 26-28。

護理部 編印

諮詢電話 22490088 轉 1111

臺北醫學大學·部立雙和醫院護理部內部文件，未經書面同意禁止翻印