

萬芳醫院皮膚科楊庭驊醫師淺談脂漏性皮膚炎



脂漏性皮膚炎是一種體質性的皮膚病，傾向反覆發作。特色是每到冬天、乾燥的環境、或是壓力大、睡眠不足時，臉部油脂分泌旺盛處就會開始產生細小脫屑、或是紅紅乾乾的病灶，伴隨著刺癢痛的感覺，影響自信外觀不說，患處會極度不舒服。而有時候脂漏性皮膚炎也會發作在頭皮，一開始為頭皮屑增多，接著頭皮會開始出現紅癢情形，最後形成較厚的斑塊性皮膚。

脂漏性皮膚炎的發作和「皮屑芽孢菌」息息相關。雖然說每個正常人的皮膚上都會有「皮屑芽孢菌」這樣一個表皮共生菌，但是脂漏性皮膚炎的患者，對於皮屑芽孢菌會產生過度敏感的反應，因而導致皮膚炎及脫屑的產生。又因為皮屑芽孢菌比較喜歡油脂分泌旺盛的地方，因此這些部位就變成皮屑芽孢菌的溫床，因而加重了脂漏性皮膚炎。



外用的類固醇，是最常見拿來治療脂漏性皮膚炎的藥物，的確可以短暫而快速的改善脂漏性皮膚炎，但是並沒有辦法預防其反覆發作，所以典型的病程，就是發作了擦藥，擦好了又復發，復發了再擦藥的惡性循環。以我自身過去反覆使用外用類固醇治療脂漏性皮膚炎的經歷，一開始十分有效，但擦到後來發現皮膚變得越來越薄，屏障功能越來越差，反而使得脂漏性皮膚炎發作的頻率越來越密集，而且每次復發的嚴重度也越來越高。【右圖：萬芳醫院皮膚科楊庭驊醫師】

既然我們已經知道脂漏性皮膚炎和皮屑芽孢菌息息相關，因此更好的治療方式為從根本著手，去「預防」它的發生。而最好的預防方法，就是利用脂漏性皮膚炎膚質專用的洗髮精/洗面乳、以及乳液，利用當中抑菌、抗發炎的成分，創造一個皮屑芽孢菌不易增生的環境，並且一定要謹守前面所說的，洗完臉馬上擦乳液的原則，將保養當成生活的一部分，讓脂漏性皮膚炎控制在一個不太復發的狀態，也不必再依賴外用類固醇。而選擇推薦專用脂漏保養品的問題，請諮詢您鄰近的、有經驗的皮膚專科醫師為佳。（文/楊庭驊·萬芳醫院皮膚科主治醫師）