

濕疹、皮膚炎 還是過敏？

許多人因為皮膚疹子去看醫生都有過這樣的經驗：甲醫師說是濕疹，乙醫師說是皮膚炎，丙醫師說是過敏，到底誰說的才對呢？事實上，三位醫師說的可能都沒錯。

文 / 楊雅棠

國泰綜合醫院暨內湖國泰診所皮膚科主治醫師



濕疹到底是什麼？濕疹一定是濕的嗎？

濕疹其實是個廣泛性的統稱，只要在顯微鏡底下看到表皮間隙水腫及真皮發炎，這類的狀況都可以稱作濕疹。根據病程的長短，濕疹可再分成急性、亞急性及慢性，急性濕疹看起來的確是又紅又濕甚至流湯流水，可是當到了慢性濕疹的階段，皮膚會慢慢變乾、變粗、增厚、脫屑，這時候皮膚看起來就不會是濕的反而是又厚又乾。因此常會聽到這樣的疑惑：「明明皮膚又乾又粗，怎麼醫師還說是濕疹？」其實是因為這時候已經是慢性濕疹了。而濕疹就是皮膚炎的一種，因此時常也會把濕疹一詞用皮膚炎替代，避免患者混淆。當醫師看出是濕疹的病灶時，會再根據不同成因、不同位置等因素再分類，例如接觸性皮膚炎、異位性皮膚炎、汗皰疹等。

過敏是什麼？

過敏一詞被廣泛的使用，似乎各種會癢的疹子都可以叫做過敏，但其實真正的過敏指的是因為患者的體質對正常無害的物質產生過度免疫反應。常被混淆的是，接觸物質引起的反應可以是免疫性或者是非免疫性的，只有免疫性的反應才是真正的過敏。舉例

來說，疫情期間大家頻繁洗手使用酒精等因此造成手部濕疹，這是因為水、酒精等物質本身的刺激性造成的，每個人只要接觸的太多都會發生，與患者的體質無關，這種就不是過敏而是刺激性接觸性皮膚炎。相對的，若是因為使用防曬乳產生接觸性皮膚炎，大多是因為患者的體質對防曬乳成分有過度免疫反應，因此這種才是所謂的過敏，也就是過敏性接觸性皮膚炎。

接觸性皮膚炎是什麼？

接觸性皮膚炎是一種由接觸到的物質引發的皮膚炎，臨床表現上紅腫流湯的急性濕疹或是增厚乾裂的慢性濕疹病灶都有可能。如同前面提到的，接觸性皮膚炎分為刺激性及過敏性。常見的刺激性接觸性皮膚炎，如頻繁洗手、使用酒精、乾洗手、清潔劑等造成，最常發生在廚房工作者，家庭主婦等。而常見的過敏性接觸性皮膚炎，例如接觸到含鎳的金屬（皮帶扣、手錶、項鍊、耳環等）、橡膠、皮革、染髮劑、保養品、化妝品等，甚至眼藥水及抗生素藥膏也是常見的過敏原。相較於其他的原因造成的濕疹，接觸性皮膚炎的病灶較會局限在接觸的部位，診斷需要醫師仔細的身體檢查以及病史詢問，



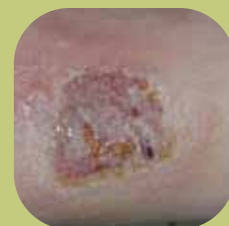
當懷疑有可能是過敏時，可以安排作貼膚測試。值得一提的是，患者聽到過敏的下一個反應通常是：「醫生我可以抽血檢查過敏原嗎？」但實際上，抽血檢測過敏原是檢查屬於第一型過敏反應的IgE抗體，而過敏性接觸性皮膚炎是由第四型過敏反應造成，因此抽血檢測過敏原對於診斷過敏性接觸性皮膚炎是沒有幫助的。治療上，最重要的就是移除刺激物及過敏原，例如減少碰水、清潔劑，做家事都戴手套等，以及視情況搭配使用外用藥膏或口服藥。

異位性皮膚炎就是過敏嗎？

異位性皮膚炎是一種慢性反覆性的皮膚炎，通常好發在嬰兒或兒童時期，患者或是其家族常有過敏性鼻炎或氣喘的病史。目前沒有任何單一的檢查可以直接診斷異位性皮膚炎，要根據臨床表現及病史如慢性、反覆、會癢、濕疹樣的病灶、典型分布位置等特徵，綜合判斷後才能夠診斷異位性皮膚炎，並不是靠抽血檢查過敏指數或過敏原來決定患者有無異位性皮膚炎。異位性皮膚炎成因複雜，包含免疫功能失調、環境影響、皮膚障蔽功能缺陷等因素，而過敏指數(通常指IgE抗體或嗜伊紅性血球數)升高的現象約在7到8成的病人會出現，並非每個人都會升高，也就是說異位性皮膚炎與過敏兩者是有一定程度的相關性但不能劃上等號。治療上，最重要的基本功就是使用保濕劑，以及搭配使用外用藥膏，而針對中重度異位性皮膚炎，除了傳統治療如紫外線照光治療、免疫調節藥物以外，近年來也有了許多療效優秀的新選擇如生物製劑及小分子藥物。雖說異位性皮膚炎目前仍無法根治，但只要好好治療絕對可以改善。

汗皰疹跟流汗有關係嗎？跟皰疹一樣嗎？

汗皰疹雖然有「汗」又有「皰疹」，但其實與流汗或皰疹（一種病毒感染）都沒有關係。汗皰疹實際上是一種好發於手部或腳部的水泡型濕疹，典型症狀為手指或腳趾側邊出現小小突起的透明水泡，大部分患者會伴隨程度不等的癢感，容易反覆發作。當出現在腳部有時會與香港腳混淆，這時可用皮屑顯微鏡檢查來區分。汗皰疹確切的成因不明，除了體質因素外，其他危險因子如接觸刺激物或過敏原、壓力、季節變換等等的因素也有可能引發。治療上，維持規律作息、清淡飲食、避免接觸刺激物或過敏原、加強手部保濕等有助於改善，另外根據嚴重程度搭配使用外用藥膏、口服藥或紫外線照光治療。



急性濕疹流湯流水起水泡的樣子



慢性手部濕疹乾厚脫屑以及很痛的裂縫



於腿部塗抹精油後產生界線分明的接觸性皮膚炎



肘窩、膝窩等肢體屈側是異位性皮膚炎典型的分布位置



足部汗皰疹：一顆顆很癢的小水泡