

認識異位性皮膚炎

國泰綜合醫院 皮膚科編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 何謂異位性皮膚炎

異位性皮膚炎又稱為異位性濕疹，是一種反覆發作的過敏性皮膚疾病，常與遺傳有關，是嬰幼兒最常見的皮膚疾病之一，約占小兒人口的 20-25%，其中 60% 的病人會在一歲內發病，30% 的病人則在 1 到 5 歲之間發病。罹患異位性皮膚炎的小朋友，約有一半會合併出現過敏性鼻炎、氣喘、過敏性結膜炎等，也就是所謂的過敏兒，或稱為異位性體質。

■ 異位性皮膚炎的診斷

若符合下列敘述三項或以上即可診斷為異位性皮膚炎：

- 皮膚搔癢。
- 典型的皮膚症狀（濕疹樣皮膚炎或苔癬化皮膚炎）及位置（嬰幼兒大多在臉部及身體的伸側，成人大多在關節的屈側）。

- 慢性持續性或反覆發作皮膚炎超過6個月以上。
- 個人或家族成員有異位性體質如過敏性鼻炎、氣喘、異位性皮膚炎、或蕁麻疹等。

■ 病因

過敏或是皮膚屏障功能不全是目前認為造成異位性皮膚炎的重要因素，但真正原因目前也不甚清楚。患者會對環境中如塵蟎、食物等許多過敏原產生皮膚過敏反應，在許多病人的血中會發現有免疫球蛋白E（IgE）及嗜伊紅性白血球增高的情形。這類病人的皮膚是是非常敏感的，所以當病人遇到冷、熱、乾燥的空氣、情緒、壓力的刺激等，將會使病情加重。另外有許多因素例如出汗、摩擦、接觸過敏性或刺激性物質（如動物毛髮、地毯、尼龍、肥皂等）或是吃入或吸入過敏原（如牛奶、蛋、花粉等），都有可能造成皮膚發癢及病情惡化。

■ 症狀

癢及皮膚乾燥是主要的臨床症狀，皮膚病病灶的型態與分佈會隨著年齡而改變，在臨床上可分為三期：

- 嬰兒期：大多數異位性皮膚炎在二至三月大時開始發病，通常會持續二至三年。常見的部位為雙頰、前額及頭皮。在冬天時雙頰的皮膚會有乾燥、發紅、脫皮的現象，但嘴巴和鼻子周圍的皮膚是正常的。此外，或許是因為口水和局部沖洗的刺激，下巴的症狀通常比兩頰嚴重。如果病童有舔嘴唇的習慣，會造成口唇周圍脫皮、結痂、有滲出液的情形。這些發癢的紅疹會使得小嬰兒躁動不安及不易入睡。另外有少數病人會發生在膝窩及皮膚皺摺處，但跟尿布疹不一樣的是，異位性皮膚炎通常不會發生在包尿布的地方。這些病人中，約有一半會在一歲半前痊癒，另外一半的病情則會延續至兒童期。當小朋友開始學爬之後，病灶可能會擴展到四肢的伸側與手腕。
- 兒童期：這個時期的病灶分佈較廣，多集中於手肘窩、膝窩、頸部、手腳關節等處呈對稱分佈，剛開始為增厚性乾燥病灶，經嚴重搔抓後，皮膚會有破皮、滲出液、結痂等慢性濕疹性病灶。小朋友癢的時候搔抓患部，造成溼疹更加惡化也更加癢，形成一種越抓越癢的惡性循環。大部份病人會在 10 至 12

歲前慢慢痊癒，只有少部份病人會持續至成人期。

- 青年期與成人期：約有 20-30% 的病人會延續到二十歲，其病灶與孩童型類似，好發於**手肘窩、膝窩、頸項、前胸部、手腕、足關節**等處。這個時期局部皮膚苔癬化更明顯，也會有變厚、變粗等情形，膚色也較深。皮膚表現的型態有下列幾種：四肢屈側的皮膚炎、手部溼疹、眼睛周圍的溼疹、肛門及生殖器周圍的慢性皮膚炎。

■ 治療

■ 口服藥物

- ◆ 口服抗組織胺：口服抗組織胺是異位性皮膚炎的主要治療藥物，可有效控制搔癢，有些病人甚至必須長期服藥，等症狀較穩定再逐漸減少藥量，才能將症狀控制的較穩定。有的家長對於口服藥會有疑慮而不願給病童服藥，其實抗組織胺是種相當安全的藥物，且若不用口服藥控制病人的癢感只是一味塗藥，不但是種捨本逐末的方法，更無法有效控制病情。
- ◆ 口服抗生素：當病人因為搔抓而出現傷口而合併

細菌感染時，則必須使用抗生素。抗生素必須吃滿一個療程再停藥，否則會使病情反覆發作甚至惡化。

- ◆口服類固醇：當急性期可合併使用類固醇，能使症狀快速得到控制。
- ◆口服免疫調節藥物：中重度異位性皮膚炎患者可能需要此類藥物長期控制，應在醫師指示下謹慎使用。
- 生物製劑：新一代的藥物可使用於治療反應不佳的中重度患者，目前以針劑為主。
- 小分子標靶藥物：JAK 抑制劑可使用於治療反應不佳的中重度患者，以口服劑型為主。
- 外用藥膏
 - ◆類固醇類藥膏：為治療異位性皮膚炎的主要外用藥，類固醇藥膏具有消炎、止癢及血管收縮作用，類固醇藥膏的強弱不同，會因嚴重度，年齡，病灶部位之不同而調整，請依醫師指示使用。副作用有皮膚萎縮、皮膚色素脫落、青春痘等。有些人聽到類固醇就直覺是有害的，其實這是錯誤的觀念，類固醇類藥膏跟其他所有藥物一樣，大部

分的併發症都是由於使用方法錯誤而造成，若能在醫師指示下正確的使用，其實是有效而安全的。

◆局部免疫調節藥物：這是新一類治療異位性皮膚炎的藥物，它是一種不含類固醇的免疫調節藥物，它的作用機轉主要是選擇性的抑制免疫細胞合成細胞激素的功能，改變發炎細胞的表面抗原，但不會影響纖維母細胞合成膠原蛋白的功能，因此大大地降低了副作用的發生。不過這類藥物的作用時間較慢，大約使用兩週才會漸漸看到效果，剛開始治療時可能會出現些許灼熱、刺癢的感覺，但不適感會隨著時間慢慢減少。

■紫外線光線治療：具有免疫調節的功能，並可改善搔癢的情形。

■ 日常生活注意事項

■ 避免皮膚刺激物

◆剪短指甲以減少搔抓所帶來的傷害。有些病童會在夜晚無意識的搔抓，可戴手套睡覺或是用紗布蓋起來。

◆避免過度沐浴或清潔，少用肥皂及清潔劑，可避

免皮膚更乾燥。洗澡時不宜使用過燙的水，盡量使用溫和，pH 值中性的清潔劑，洗完澡後可立刻擦上成分單純不含香精的乳液來預防皮膚乾燥。

- ◆ 穿著棉質的衣服，避免羊毛、尼龍等衣料。
- ◆ 夏天最好處於涼爽有空調的環境，以不流汗為原則，最好讓病人處於空調環境，在大太陽底下避免出門，嬰兒也避免包裹太厚的衣物。冬天要避免乾燥，可適量塗抹乳液，並減少沐浴的次數與時間。

■ 居家環境的注意事項

- ◆ 動物皮屑、毛髮、排泄物是常見的過敏原，避免在室內養貓狗鳥等寵物。室內不鋪地毯、草蓆榻榻米，以百葉窗代替厚重窗簾布，避免絨毛玩具，每週以熱水清洗枕頭、寢具，清掃家中及環境以減少灰塵。用這些方法來減少環境中的過敏原。
- ◆ 少用香水、芳香劑、蚊香、樟腦丸、殺蟲劑等刺激氣味物質。
- ◆ 使用空氣清淨機（須定期更換濾網）以減少黴菌生長，並使用除濕機保持濕度在 50-65% 間。

■ 其他注意事項

- ◆ 避免溫差過大，異位性皮膚炎的病人對冷、熱或周圍

氣溫的改變很敏感，溫差變化過大容易使病情惡化。

- ◆減少出入公共場所及空氣污染區，避免二手煙。
- ◆一般不須限制飲食，只有在症狀非常嚴重，一般治療無法控制病情，或病人皮疹的發作與食物有非常明顯的關聯，才須要飲食控制。較常引起過敏的食物如奶、蛋、魚、小麥、花生、大豆等，可嘗試避免食用數週至病情改善。
- ◆保持情緒穩定與避免壓力。
- ◆由於經常搔抓，所以傷口容易受到細菌或病毒感染，而這些感染也會加重異位性皮膚炎的病情，因此除了避免搔抓之外，一旦產生傷口必須小心處理以避免二度感染。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 8841

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 5027

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 5011

我們將竭誠為您服務！

AM100.032.2023.06 六修

2024.01 審閱