

認識乾癬

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

■ 何謂乾癬

乾癬是一種慢性非傳染疾病，傳統俗稱牛皮癬，在中國大陸又稱銀屑病，並非一般黴菌感染造成的癬，國人本病的患病率為 0.1%，男性發病較女性略多。主要原因乃表皮生長太快合併發炎所致。臨床上可見皮膚病灶呈現紅色斑塊，合併銀色鱗屑脫落，病灶呈現紅斑，丘疹，斑塊或鱗屑，可局限於一處或多處。頭皮、指甲也可能有病變。5~7%的乾癬患者還可能會得到乾癬性關節炎。

■ 乾癬的分類

- **尋常型**：慢性塊狀的乾癬常長在頭皮、耳後、手肘、膝蓋、尾椎及小腿等地方，也有人的乾癬範圍很大。這種乾癬通常慢慢出現。
- **水滴狀型**：較常由感冒，打針等誘發因素引起。此型通常發作較快，在一兩天內就長了很多，常是 0.5~1 公分大小的紅點，像雨滴一樣地灑落在全身。

- **全身膿疱型**：常由藥物引起，發作非常地快，在一兩天內會有發燒，全身變紅，食慾不振並出現小膿疱，常會合併乾癬性關節炎。
- **手腳膿疱型**：手腳膿疱型乾癬是手掌和腳掌上長有許多小膿疱。
- **紅皮病型**：會造成全身通紅並且脫皮。全身的大部分地方，包括臉、頭皮、手腳及前胸後背都受到影響。

■ 乾癬真正原因不明，可能誘因有：

- **感染**：上呼吸道感染或扁桃腺發炎數週後可能誘發。
- **藥物**：某些藥可誘發此病。
- **遺傳**：父母有一人患乾癬，則 10%子女會得此病；雙親皆有乾癬，則 30%子女可能罹患本病。
- **內分泌影響**：青春期及更年期發病率較高，且女性患者在懷孕時病情會改善，推論本病與內分泌有關。
- **日光曝曬不當**可誘發此病。
- **情緒緊張或過度身心疲勞**可誘發或使病情加重。
- **外傷**：常常是曾受傷過的地方優先產生乾癬關節炎。

■ 症狀

■ 皮膚：

- ◆ 部位：常見於四肢伸側（尤其肘、膝關節附近）、頭皮、胸骨、肩胛骨、臀部等部位；臉部則較少。
- ◆ 病灶：界限明顯的紅色脫屑之丘疹或斑塊，表面常覆蓋銀白色鱗屑，外傷處容易形成新的病灶。
- ◆ 癢感：病灶可能劇癢。

■ 指甲：呈凹陷、變黃褐色、粗糙、肥厚、鬆動、脆裂或脫落。

■ 關節：約 7%之病患可能合併關節病變，最常見為非對稱性少關節型。大多數乾癬患者的皮膚病變，先於關節炎出現達幾年。但是，大約 15~20%的病例先發生關節炎，後出現皮疹，此時診斷乾癬關節炎則很困難。

■ 治療

■ 治療方法包括藥物治療（外用和口服）、光照療法和生物製劑。

■ 外用藥膏：煤焦油泡澡、類固醇藥膏、維他命 D 藥膏、維他命 A 酸藥膏、水楊酸藥膏。

■ 紫外線照射：目前常用有 PUVA 及窄波 UVB。

■ 口服藥物：若前述外用療法效果不佳，可考慮內服（Methotrexate）、維生素 A 製劑（acitretin）或（cyclosporine）。但須在皮膚專科醫師嚴密監視下，謹慎使用之。

■ 生物製劑：價格較昂貴的一種新治療方式，可減少長期用藥及光照的副作用。

■ 日常生活注意事項

■ 癢之處理：

- ◆ 癢處可輕拍或局部冰敷，切勿用力抓癢。
- ◆ 穿著寬鬆棉質之衣物。
- ◆ 按時修剪指甲以避免抓傷皮膚。

■ 正確使用外用藥膏：

- ◆ 薄薄塗一層即可，指節長度藥膏可擦 2 手掌大面積。
- ◆ 勿抹藥於沒有病灶處。
- ◆ 若是頭皮有病灶最好剪短頭髮有助擦藥。

■ 預防上呼吸道感染或扁桃腺發炎。

■ 飲食方面：少吃刺激性食物（煙、酒、辣味等）；避免“進補”例如靈芝等可能刺激免疫系統活化的食物。

- 保持情緒平穩及規律生活，避免熬夜及過度疲勞。
- 適當日光照射：但上午九點至下午三時後之陽光應避免，以免灼傷皮膚。
- 乾癬不是傳染病，不須與家人隔離。
- 不可未經醫師指示口服或注射皮質類固醇，以防病灶惡化。

■ 定期門診追蹤

- 請依照醫師指示使用藥物，不可任意停藥或增減劑量。目前乾癬無斷根之藥，但只要藥物使用妥當並與醫師充分合作，則病情往往能夠控制得令人滿意。
- 不要服用來路不明的偏方，如果服用類固醇（俗稱美國仙丹）雖然能壓制病情，然而一旦停藥恐怕會惡化成乾癬紅皮症或是膿疱性乾癬，就更難治療。

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 7862

新竹國泰綜合醫院 (03) 5278999 轉 7520

汐止國泰綜合醫院 (02) 26482121 轉 5011

我們將竭誠為您服務！

AM100.036.2019.08 四修

2021.07 審閱