

# 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3~5%，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

過敏或是免疫功能異常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，在許多病患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。另外有少數病患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5%~10%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

藥物療法：

### ■ 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，有些病患甚至必須長期服藥，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患

的癢感只是一味塗藥，不但是種捨本逐末的方法且無法有效控制病情。

- ◆口服抗生素：當病患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。

## ■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。

## ■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，最好讓病患處於空調環境，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，異位性皮膚炎的病患對冷、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，可嚐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 5078

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！

AM100.032.2009.05 三修