



中西醫學聯手 不再為皮所困

文／中西醫結合科 主治醫師 詹雅閔·主任 鄭慧滿

「好癢啊！爲什麼吃了藥就好一點，一停藥就又癢起來了呢？反反覆覆的已經半年了！」「醫師給的止癢藥總是讓我昏昏沉沉，白天做事很沒精神。」「大部分的西藥藥膏都含有類固醇吧！我擦了很久，局部皮膚都有些變薄了，但是不擦藥，惱人的疹子馬上出現，怎麼辦？」「好奇怪喔！去年也是差不多這個時候開始皮膚癢，今年怎麼又長類似的小水泡和疹子，該不會那奇癢無比的惡夢又要重演了吧？」「每到月經前，臉上就不斷冒出大顆痘痘，總是要一陣子才消失，過幾天月經要來了，痘痘想必又會復發，每個月都這樣折磨我，真氣人！」

諸如此類的抱怨在門診經常可以聽到，要解決上述困擾，大家應該知道有一種更好的選擇：中西醫結合皮膚科。中西醫結合皮膚科兼具中醫及西醫的專長，自然能以更宏觀的角度來觀照皮膚疾患，

對付汗疱疹，多管齊下效果好

以容易反覆發作的汗疱疹為例，這種奇癢的水泡好發於手指、手掌與腳底，多半在清明節前後出現，因為那正是氣溫逐漸升高，雨量也逐漸增多的梅雨季節。偏屬燥熱體質，或在炎夏酷愛冰品及辛辣烤炸等重口味食物的人，遇到「濕熱」的節氣，汗疱疹便可能不請自來。症狀包括小水泡、小丘疹、明顯搔癢感及局部灼熱感，有的患者還會合併便秘或泄瀉、腹部脹痛、舌苔厚膩。到了疾病後期，水泡不明顯，局部皮膚轉為脫屑、粗糙。

在治療上首要辨別病灶的型態，中西醫結合皮膚科醫師會在診察後，根據病情嚴重度，選擇單用口服中藥治療，若有必要再配合口服西藥或西藥藥膏外用治療。有些患者擔心一再使用含類固醇成分的藥膏會產生副作用，那麼可以改用中藥外用製劑，例如在搔癢及水泡明顯的急性期，使用清熱止癢的黃連膏、黃柏膏等；在皮膚脫屑、粗糙的後期則使用保濕滋潤、可促進表皮癒合的紫雲膏。

患者的日常生活及飲食也要注意，減少碰水及清潔劑，選擇適當的皮膚保濕劑（乳液或乳霜），作息正常，避免熬夜，保持情緒穩定，飲食也以清淡為宜。許多病人經過中西醫結合治療及調整生活飲食之後，不僅症狀大幅改善，療程縮短，翌年繼續追蹤發現，即使處於濕熱的氣候也沒有復發。

各種皮膚病，中西合治是利多

其他像是異位性皮膚炎、慢性蕁麻疹、乾癬、脂漏性皮膚炎、痤瘡（青春痘）、老

年性皮膚搔癢症（冬季癢）、黃褐斑（肝斑）、脫髮、白斑等各種急、慢性皮膚疾病，都可以經由中西醫結合治療的方式取得良好療效，分述如下：



皮膚科常用藥

異位性皮膚炎

這是一種反覆發作的皮膚發炎性疾病，具有遺傳傾向，多數在嬰幼兒期就發病，也會受到後天環境及情緒影響，患者皮膚老是癢個不停，非常困擾。中西醫結合治療可提供療效更好、副作用更少的選擇，初期配合西藥藥膏、內服中藥及使用保濕潤膚劑，以減輕不適；中期待皮膚病灶改善，即可減少西藥藥膏的使用，主要以內服中藥來調理體質，鞏固療效，同時使用保濕潤膚劑；到了緩解期，只需使用保濕潤膚劑，保持正常生活作息與良好的飲食習慣，症狀就不易復發。

慢性蕁麻疹

這種皮膚過敏症，發作時奇癢無比，足以影響生活、社交及工作表現。最常用來治療的西藥為口服抗組織胺，雖然長期服用的副作用不大，但不少病患抱怨一停藥就復發。臨床上觀察發現，大多數配合口服中

藥治療的患者，不但發作頻率降低，發作範圍縮小，並且漸漸能減少甚至不需要再服用抗組織胺藥物，和蕁麻疹真正說再見。

乾癬

患者常常因為身上或頭皮出現明顯的紅色斑塊及白色粗厚的鱗屑，承受不小的壓力。目前所有藥物都很難根治乾癬，口服西藥的副作用通常比較大，若改以口服中藥加上塗抹西藥藥膏，成效不錯，許多患者的病情受到控制，也沒有明顯副作用，是我們最建議的治療方式

脂漏性皮膚炎

同樣是一種與體質有關的慢性皮膚發炎疾病，好發於皮脂腺分泌旺盛的部位，如頭皮、眉毛、鼻翼、耳朵及耳後，患部會發紅及脫皮，頭皮屑也特別明顯。尤其在季節交替、勞累和有壓力時，症狀常會加重。口服中藥與配合外用西藥藥膏或洗頭液，可緩解症狀，減少反覆發作的機會。

痤瘡（青春痘）

很普遍的皮膚問題，卻也帶給青春期男女極大的心理障礙，嚴重時甚至影響求學及社交生活。部分女性在月經來臨前，痤瘡會加重，或是伴隨胸脹、下腹痛、腰酸等不適，這些症狀都可以在配合月經週期，進行中醫月經週期療法後獲得改善。局部病灶可選擇中藥外用製劑如青春痘藥膏或西藥藥膏加以治療。

老年性皮膚搔癢症（冬季癢）

多見於中老年人，常在秋後或冬季發生。由於皮脂腺退化，皮脂分泌減少，皮膚乾燥，對外界環境刺激非常敏感，加上入冬後空氣乾燥，更容易造成皮膚脫屑與搔癢。這些病人可選擇滋陰



養血、潤燥祛風的口服中藥、外用西藥藥膏及潤膚保濕霜，標本同治，化解乾燥搔癢，如此一來，必能安穩度過冬季的考驗。

黃褐斑（肝斑）

常見於育齡婦女，臉部色素沉著，形成機轉不明，一般外用藥膏或



相關美白製品的療效有限，雷射治療更常引起反黑的副作用。不少患者還會合併睡眠品質不佳，排便習慣不良，甚至月經前後肝斑顏色加重的情況。建議以口服中藥搭配外用美白製劑來治療，平日千萬別忘了好好防曬。

脫髮

脫髮的原因很多，必須評估個人狀況，必要時安排相關檢查，排除可能致病原因。若是圓禿，使用疏肝理氣、養血活血、補益肝腎的中藥，有助頭髮再生；若是雄性禿，除了西藥（柔沛）治療外，也可選用養血活血、理氣與補益肝腎的中藥。

白斑

因黑色素細胞退化死亡造成色素脫失的皮膚病，全身各部位都可能產生，原因不明。西醫通常是採取外用類固醇藥膏，或塗抹感光劑後接受

紫外線照射的照光療法，但療效有限。若加上口服中藥，可以促進色素島的形成，有助於恢復皮膚色素。

中西醫結合皮膚科致力於中醫藥的臨床療效評估，並且進一步研究療效機轉，希望能將中醫治療實證化。在衛生署中醫藥委員會及醫院的補助下，已初步完成異位性皮膚炎和黃褐斑的中藥臨床療效評估，未來將朝其他常見疾患及更深入的研究邁進，擷取中、西醫之長，互補其短，使效果最好、副作用最少的中西醫結合治療方式，能夠造福更多為皮膚病所困的病人。☺