

天氣一冷，門診中皮膚乾燥搔癢的患者又開始增多起來，有的是慢性濕疹發作，或是富貴手，有的則是老年乾皮性濕疹（註 1）。這些症狀都好發在此時，它們都有一個共同的特點，就是「癢」，所以我們將這些問題歸類在「冬季搔癢症」。由於上述症狀形成的原因不完全相同，在治療上也有差異。形成老年乾皮性濕疹是因為氣溫的降低，導致皮脂腺的分泌減少，對皮膚的保護降低，最常見患者在小腿前側有時有細紋般龜裂、出血等，有的搔抓久後則有類澱粉沉著的現象。這類症狀在中醫的辨證屬血虛生風。治以疏風養血、潤燥，如消風散加白蘚皮、赤芍、紫草、地骨皮等。慢性濕疹則多由急性或亞急性濕疹而來，主要為皮膚肥厚、乾燥、脫屑、苔蘚樣明顯。證屬病程日久，傷陰耗血，血燥生風。治以養血祛風、清熱化濕，如生地、當歸、芍藥、荆芥、防風、白蘚皮、地膚子、土茯苓等。若有經年不愈，皮膚增厚苔蘚樣明顯時，則為氣血兩虧之象，宜調補氣血，如首烏、黨參、白朮、當歸、黃耆等。富貴手除上述內服藥外亦可局部使用外用藥膏，如乾裂時可用紫雲膏，發炎時可用青珠膏等，這些在處理富貴手都有很好的療效。平時保養方面，老年乾皮性濕疹的患者宜減少洗澡次數，水溫不宜過高，少用肥皂，多擦乳液，穿著棉質衣物。飲食方面則多食膠質類，如海參、黑、白木耳、雞爪、海哲皮等，若再加上食療就更好，如海參冬菇鴉湯或花生豬腳湯等。對於手部濕疹及富貴手的患者在平日少碰水及清潔劑。家庭主婦在煮飯洗衣作家事時須戴兩層手套，外層為塑膠，內層為棉質。勤擦護手乳液，有傷口時則使用外用藥膏。這些平時的保護看起來十分平凡，卻是改善症狀的不二法門。惟有在平時持續性的保養及有問題時適度的治療，才能度過一個滋潤而不癢的冬天。註 1：老年乾皮性濕疹，並非只有老人才有，年輕女性亦經常發現，這類女性患者除皮膚乾燥外，還常有手腳冰冷，經期問題等，在中醫常被列在陰血不足、氣虛血少、血瘀證等。