



戰勝異位性皮膚炎 治標也要治本

文／中西醫結合科 主治醫師 鄭慧滿

異位性皮膚炎是常見的慢性發炎性皮膚疾病，病患常常覺得皮膚癢，忍不住想去抓，結果造成皮膚發炎，皮膚發炎又讓癢更加嚴重，不免落入「癢→抓→皮膚發炎→更癢→更抓→皮膚發炎更嚴重」的惡性循環。嚴重的異位性皮膚炎患者，往往體無完膚

近年來，異位性皮膚炎病患日益增多，約為30年前的2-3倍，在臺灣兒童的盛行率已高達9%，不少病患從小就飽受皮膚搔癢之苦，癢！癢！癢！抓！抓！抓！抓到血

跡斑斑，晚上哭鬧不休，爸爸媽媽看了心疼不已，也跟著徹夜難眠。

盛行率高的原因何在？

異位性皮膚炎在美國、加拿大、紐西蘭、澳洲、日本、英國等已開發國家的盛行率較高，在非洲、越南等地則較少，有學者認為這可能與公共衛生的進步（如：寄生蟲感染疾患少）、疫苗的普及（如：推動接種麻疹、水痘疫苗，降低了感染麻疹、水痘的機率）、西式的飲食習慣（如：炸雞、薯

條等速食），以及腸內益生菌減少有關，導致身體免疫失調，因而容易引發異位性皮膚炎。

臺灣的生活水準已接近先進國家，再加上上海島型氣候，潮溼高溫，適合塵蟎生長，小孩也常常待在有空調的房間裡，種種因素使得異位性皮膚炎更形猖獗。

病灶多樣化，好發部位因年齡而異

異位性皮膚炎好發於幼兒時期，但青少年或成人病患亦非少見。臨床上最普遍的症狀是皮膚搔癢，往往會影響病患的生活作息、工作或求學，甚至令全家都睡不安寧，生活步調為之大亂。

典型的異位性皮膚炎，其病灶好發部位會因年齡而不同，嬰幼兒期，皮疹好發於臉部及頭皮；兒童期，病灶移行至肘關節、膝關節伸側及頸部；到了成人期，則好發於四肢屈側。病灶表現呈多樣化，從急性期的紅斑、濕潤性紅斑、丘疹、漿液性丘疹、痂皮到慢性期的苔蘚化、脫屑、癢疹等，都可能存在。有些病患還會合併皮膚乾燥、尋常性魚鱗癬、手足掌紋明顯、毛孔角化症、皮膚容易感染、手部或足部濕疹、乳頭濕疹、唇炎、白色糠疹、出汗時易搔癢、對羊毛或清潔劑過敏等問題。

其病程屬於慢性，常反覆發作，起伏不定，病情也會受到環境及情緒影響。除了皮膚之外，患者的眼部也可能出現過敏性結膜炎或黑眼圈。

皮膚易過敏，不良環境火上加油

異位性皮膚炎病患因其皮膚屏障功能常有缺陷，水分經由皮膚表面散失的量較正常

人明顯增多，以致角質層含水量減少，再加上皮膚天然油脂（如：神經醯胺）的含量降低，表皮角質蛋白缺損，皮膚變得乾燥，皮膚屏障功能降低，以致容易受到過敏原的刺激及細菌感染。

在先天遺傳方面，異位性皮膚炎病患具有異位性體質，所以容易罹患氣喘、過敏性鼻炎及異位性皮膚炎等過敏性疾病。研究顯示，異位性皮膚炎病患在基因上具有易感性，與免疫第2型輔助T細胞分泌細胞激素、趨化激素分泌有關，使得皮膚容易發炎和免疫功能失調。

患者的病情也會受到環境的影響，例如一旦接觸鎳、橡膠、清潔劑，塵蟎、貓毛、狗毛及花粉等過敏原，就會發作或惡化。他們也比一般人容易發生細菌及病毒感染，93%的異位性皮膚炎病患，皮膚表面的金黃色葡萄球菌，明顯多於健康者的皮膚，而金黃色葡萄球菌所分泌的外毒素，本身就是超級抗原，更容易加重皮膚的發炎反應。研究顯示，37%中度及重度的異位性皮膚炎兒童會對食物過敏，最常造成過敏的食物是蛋、小麥、牛奶、大豆及花生。

此外，讓皮膚保持濕潤不乾燥，對異位性皮膚炎病患來說是非常重要的，沐浴時的水溫不能過高、沐浴時間不能過久，清潔劑不能用太多，沐浴後也要馬上塗抹保濕產品，如此一來可以增加皮膚保有水分的能力及避免水分經表皮大量流失。

西藥可治標，遵從醫囑好好用藥

我們在治療異位性皮膚炎時，會依病情嚴重度、病灶所在部位及病患年齡，選擇

適當強度的類固醇藥膏來改善病灶，讓皮膚早一點恢復到正常狀況。但有些病患因為長期自行購用太強的類固醇藥膏，因而造成皮膚萎縮、微血管擴張、皮下容易出血等副作用，不可不慎。相反的，有些病患或家屬因為對類固醇藥膏不了解，只要聽到「類固醇」3字，不管是口服或外用，都視為洪水猛獸，避之唯恐不及。其實若能依照醫師處方，正確使用類固醇藥膏，是不會發生副作用的。

治療上也可選用免疫調節劑（如：普特皮、醫立妥），它們雖然沒有傳統類固醇藥膏的副作用，但是有些病患塗抹後會出現局部灼熱感。當病患感染了金黃色葡萄球菌，還可以配合使用抗生素藥膏，若感染嚴重則可口服抗生素製劑來改善病情。口服抗組織胺則能減輕搔癢症狀。

中醫能治本，可以改善過敏體質

在中醫文獻裡，「奶癬」、「胎歛瘡」和「四彎風」等敘述和異位性皮膚炎不同時期的臨床表現頗為一致。中醫認為異位性皮膚炎的病因病機是先天不足，稟性不耐，脾失健運，濕熱內生，復感風濕熱邪，蘊積肌膚而成，不少病患因反覆發作，病久不癒，濕熱耗傷陰液，而造成營血不足，血虛風燥，肌膚失養。

臨床上可根據病患情況選用涼血清熱利濕祛風的中藥加以治療，若是慢性反覆發作病程已久，則可選用養血滋陰潤燥的中藥來改善乾燥膚質，減少發作。經由中醫藥的調養，過敏體質是可以改善的。

中西醫結合，內外兼顧療效更好

中藥、西藥各有所長，在治療異位性皮膚炎的過程中，中藥與西藥互相搭配，可以減少急性發作的頻率，降低每次發作的嚴重度，並減少類固醇的使用劑量，病情獲得有效控制後，病患可擁有良好的生活品質。

這種搭配式的治療安排，一般來說，在異位性皮膚炎的慢性期，可用中藥改善體質，調節免疫功能。在急性發作期，則可運用中西醫結合治療，內外兼顧，標本同治，亦即以外用西藥膏來有效控制急性炎症反應，並以內服中藥來減輕炎症反應與搔癢。

至於狀況嚴重的異位性皮膚炎，治療初期，皮膚保濕、外用藥膏及內服中藥，三者都不可少，病情才能穩定進步；到了中期，病灶逐漸改善，外用藥膏會愈用愈少；到了治療後期，隨著體質改變，內服中藥也會慢慢減量，到最後只要適時塗擦保濕乳液，就可遠離癢！癢！癢！抓！抓！抓！的困擾了。☺

