

為防疫勤洗手戴口罩 手刺癢、口鼻冒痘門診多三成

醫學系 蕭玉屏醫師 / 國際處

武漢肺炎疫情緊繃，民眾謹記防疫原則勤洗手、戴口罩。不過，皮膚科醫師發現，不少民眾因過度洗手或乾洗手隨時噴，造成手部紅腫癢疹起水泡，求診病例多出三成。還有美髮師整天戴口罩，口鼻附近痘痘大爆發。

中山醫大皮膚科主任、中山附醫皮膚科醫師蕭玉屏表示，武漢肺炎疫情延燒，疾管署提醒民眾勤洗手，出入密閉公共場所記得戴口罩，防疫如作戰，多數民眾都配合。不過，最近門診發現過度洗手或長時間戴口罩造成不適的求診案例約增加三成。

蕭玉屏醫師指出，有些異位性皮膚炎、乾癬或富貴手患者，過度使用75%的酒精殺菌，甚至隨身帶乾洗手拚命噴灑，一天洗手上百次導致過度刺激，造成手部皮膚紅腫癢疹起水泡。醫師建議，乾洗手或酒精容易刺激手部肌膚，最好洗完後再以清水沖掉，並擦上保溼乳液修復皮膚角質層，才不致於因為防疫傷害皮膚。醫師推估，包括上洗手間、吃東西前、搭公車、搭乘電梯等，一天總要洗手約十次，過與不及都不好。

另外，蕭玉屏醫師表示，門診也發現，有民眾口罩戴太久，悶住不透氣引發皮膚問題，還有名二十多歲美髮師工作長時間戴口罩，口鼻附近痘痘大爆發。醫師建議，沒工作不用接觸人群時，可以拿下口罩透透氣，並擦些抗痘凝膠保護皮膚。

