

# 異位性皮膚炎之五大哉問

文/小兒過敏氣喘免疫科 廖培汾 醫師

「皮膚炎」是指皮膚的發炎，通常與「濕疹」會相互混用，頗有近似的意思，其包含很多種皮膚相關的發炎疾病，例如異位性皮膚炎、脂漏性皮膚炎、接觸性皮膚炎等。雖然異位性皮膚炎只是其中之一，但是常也會被簡稱為「濕疹」。以下就「異位性皮膚炎」最常被問的問題來一一回答，而可了解異位性皮膚炎的概況。

## 一問：什麼是異位性皮膚炎？

答：異位性皮膚炎是一種與遺傳、過敏體質或是免疫機能異常有關的反覆發作且慢性的皮膚溼疹病症。但後天環境、食物過敏原刺激或心理因素…等等也都被認為與異位性皮膚炎有關，目前發病機制仍然未完全明瞭。

## 二問：什麼年紀是異位性皮膚炎好發的年齡？

答：好發的年齡是在出生的第2個月～2歲，隨著年紀增加，發生率會逐漸下降，而多數的患者在兒童時期（6歲左右）會自然痊癒。但約有30%-50%的患者在以後卻會演變為過敏性鼻炎或氣喘。

## 三問：異位性皮膚炎的症狀有那些？

答：異位性皮膚炎的症狀有四個特徵：

1. 皮膚搔癢。
2. 在嬰兒及兒童時期可能會在臉上（兩頰）、四肢伸側處產生濕疹性的病變，而嚴重時則會有全身的濕疹性變化。然而在成人則是一般在身體彎曲部位（如肘彎、膝窩窩等處）有苔蘚化的皮膚病變。
3. 有慢性及反覆性發作的皮膚炎。
4. 有個人或家族性異位性體質（即先天性遺傳性體質），例如易患有氣喘、過敏性鼻炎、異位性皮膚炎等。



## 四問：異位性皮膚炎的分期表現為何？

答：異位性皮膚炎可分成三個時期：

1. 嬰兒期：兩個月到兩歲，頭部、臉或頸部呈泛紅，濕疹樣變化，有時搔抓太過份而有小水泡或有滲透液，之後慢慢變成痂皮。
2. 幼兒期：二歲到十二歲，皮疹分佈較廣，遍及身體，四肢伸側，臂彎，膝蓋窩等皮膚皺褶處，此時紅斑不明顯，水泡較少，

以丘疹為主，但由於長期搔抓，會逐漸出現苔蘚化，如果變嚴重時會再導致感染細菌、真菌或病毒。

3. 青少年：十二歲到成人，在病人的面部，頸部會有些許濕疹，但四肢曲側或手足關節等皮膚表面會變厚，粗糙或變硬。而且有其他皮膚表徵：例如毛囊角化，白色糠疹，眼瞼色澤加深，掌紋變得複雜等。

#### 五問：異位性皮膚炎要如何保養與治療？

答：異位性皮膚炎於平日之保養需要做到：

1. 避免過度沐浴，使皮膚更乾燥。洗澡時用溫水，並使用中性的肥皂，在沐浴後立刻適量使用潤膚劑，而且最好要穿不具刺激性的棉質的衣服。

2. 避免過敏原，例如不養寵物，不鋪地毯，不玩毛絨玩具，並以百葉窗代替窗簾布。另外要儘量少用香水、芳香劑、蚊香、樟腦丸、殺蟲劑等具有刺激氣味的物質。

3. 異位性皮膚炎的小孩對冷、熱或周圍氣溫的改變很敏感，穿太多衣物或激烈運動或直接暴露於寒冷、乾燥的環境下會使病情更惡化。

4. 要避免較常引起過敏的食物，例如牛

奶、蛋、硬殼海鮮、花生、堅果、柑橘、芒果、筍、茄子、麥片、咖啡、酒、蕃茄等…。

#### 異位性皮膚炎於發作時的治療

1. 口服抗組織胺：目前最主要的治療關鍵，就是止癢。

2. 保濕劑或潤滑劑的使用。

3. 局部止癢藥膏：可加強口服藥物的止癢效果，特別是用來代替抓癢的動作。

4. 類固醇局部用藥膏：可舒緩搔癢，紅腫等症狀。但為了避免類固醇的副作用，貝宜避免長期使用。

5. 非類固醇局部用藥膏：適用於中重度之異位性皮膚炎患者，能長期使用，且無類固醇藥膏的副作用。

