

# 異位性皮膚炎



## ❖ 什麼是異位性皮膚炎？

- 是種慢性、反覆性發作的皮膚搔癢症狀，具遺傳性及過敏體質的人容易發生。典型是從嬰兒時期開始，50%病人在1歲內會有症狀，30%病人在1~5歲間診斷，病情隨著年齡增加而改善，約一半患者青春期後會痊癒，但病情愈嚴重者愈難痊癒。

- 兒童期則出現在手肘窩、膝窩、頸部與手足關節，多半以屈側為主，會表現出更多的苔蘚化及斑塊。
- 成人期出現在手肘窩、膝窩、頸部、前胸部、手腕、足關節等處，因經長期變化，常有更多苔蘚化及脫屑。



## ❖ 什麼因素使異位性皮膚炎惡化？

### ❖ 異位性皮膚炎的臨床症狀？

- 嚴重的搔癢(尤其夜間)和皮膚的反覆發炎反應是主要特色，皮膚的表現型態和分佈隨著年紀會有變化。
- 嬰兒期較常出現在兩頰、前額、頭皮、脖子、軀幹和四肢伸側，出現紅色很癢的丘疹及水泡，但尿布包裹範圍很少出現。

- 因癢而搔抓會增加皮膚的發炎反應，進而導致更嚴重的皮膚傷害，下列為常見惡化因素及控制方法：
- ◆ **環境刺激物**:全新傢俱、裝潢、冷暖空調、炊具等，都可產生環境刺激物，應保持空氣流通。如肥皂、清潔劑、化學物品、游泳池的氯等，



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

都可能引起過敏，應減少接觸。

- ◆ **細菌和黴菌**:細菌和黴菌會引起難以控制的症狀和感染，維持清潔是減少環境細菌和黴菌的最好方式。
- ◆ **濕度**:足夠濕度能防止皮膚乾燥，過度濕度卻會使塵蟎、細菌和黴菌繁殖，保持**50%**左右的濕度較適當。
- ◆ **溫度**:夏季減少汗水用平滑毛巾擦乾，控制室內溫度減少流汗；冬季易皮膚乾燥、龜裂，需多擦潤膚劑。



- ◆ **吸入性過敏原**:塵蟎、動物皮屑、花粉是環境吸入性過敏原，應避免接觸。可用除塵機或防塵布來改善，窗簾以百葉窗代替，勿使用地毯、不放盆栽、不養寵物，不抱絨毛玩具，以吸塵器或濕抹布勤打掃擦拭。



### ❖ 飲食的注意事項？

- 目前並無標準的建議飲食準則。

### ❖ 正確的皮膚照護方式？

- 建議每天用**溫水**(33~38℃)泡澡15分鐘，可以保持皮膚水份，也可減少體表金黃色葡萄球菌的聚集。
- 使用**清水**或**中性、低敏感**的清潔用品來清潔皮膚。
- 沐浴後立即使用**中性、低敏感、無防腐劑**的**保濕**用品，來保持皮膚水份，以避免乾燥。一天中只要感覺皮膚乾燥或搔癢，便可隨時塗抹。
- 應**避免抓傷**造成開放性傷口導致感染，若無法控制搔抓，可戴手套。依醫師指示塗抹藥膏，並配合回診。



### ❖ 異位性皮膚炎常使用之局部塗抹藥物？

- **類固醇**:局部類固醇是透過抑制發炎基因的表現，減少發炎及搔癢。
- **局部 calcineurin 抑制劑**:普特皮(tacrolimus)和醫立妥(pimecrolimus)，可抑制免疫細胞的活化，達到抗發炎效果，用於成人及孩童，其抗發炎效力近似中效型類固醇藥膏，除少數有局部刺激感外，無明顯副作用，不會造成皮膚萎縮。
- **抗生素**:因搔抓引起的皮膚傷口，用抗生素藥膏來預防細菌感染，或對已造成感染之傷口有殺菌效果。

參考資料來源：成大總院 CM1  
製作單位：OPD  
製作日期：112.06  
修訂日期：113.10  
DL-02-1-023