



兒童異位性皮膚炎 治療與保養

★ 臺中榮總藥學部藥師 陳婉珣

何謂異位性皮膚炎

異位性皮膚炎，又稱作嬰兒性濕疹或過敏性濕疹，是一種慢性反覆發作的皮膚發炎疾病，發生原因與基因遺傳和環境因子皆有相關。是嬰幼兒最常見的皮膚疾病之一。罹患異位性皮膚炎的小朋友，約有一半會合併有過敏性鼻炎、氣喘，我們稱作異位性體質。

臨床症狀

依據年齡層的不同，異位性

皮膚炎好發的位置也不一樣：一歲以前，最容易好發在臉、頭皮、脖子，以及四肢的伸展處。一歲以後，分布範圍會擴大，延伸到四肢彎曲處，臉上反而較不明顯。這些小朋友的皮膚通常會很乾燥粗糙，並伴隨有紅色癢癢的疹子，如果小朋友常常去抓的話，就會破皮、脫屑，甚至會流湯流膿。

異位性皮膚炎治療三部曲

一、減少身體內免疫發炎反應
常用的抗發炎藥物分成兩大類：

藥物	介紹	副作用
類固醇	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能有效的減低皮膚發炎的情況，醫師會按病人的年齡、皮膚炎的嚴重度及位置來決定藥物的強度。 2. 通常會使用外用類固醇藥膏治療，只有在急性發作期才會使用到口服的類固醇短期治療。 	長期使用雖然會導致皮膚萎縮、皮膚變薄，但是一昧拒絕使用類固醇，或擅自停藥，病情反而難以得到很好的控制與改善喔！
免疫調節劑	<ol style="list-style-type: none"> 1. 同時具有抗發炎及免疫調節的作用。 2. 不會造成像類固醇一樣有皮膚萎縮及微血管擴張的副作用，因此很適合用來塗抹在頭頸部。 	皮膚灼熱及刺痛感，不過通常只在使用初期發生，使用幾天後不適感就會慢慢消失。



二、消滅皮膚上的壞細菌來避免更進一步的感染

我們會使用抗生素來殺菌，當小朋友皮膚因為搔抓而出現傷口且有局部感染時，我們通常會選用抗生素藥膏來幫助我們消滅皮膚上的壞菌叢來避免傷口進一步的感染。但是當病人傷口惡化時，這時我們就會考慮使用口服的抗生素治療，有時嚴重的話就要住院注射抗生素。使用抗生素須完成一個指定療程才可以停藥，否則會產生抗藥性而造成病情會反覆發作或是惡化。

三、加強皮膚的保護屏障，阻擋外來的細菌及過敏原進不來

口服抗組織胺藥物在減少皮膚障壁受損上扮演了一個相當重要的角色，其可以減輕患者的搔癢感，避免因搔抓引起皮膚障壁受損，造成愈抓愈嚴重的惡性循環。抗組織胺藥物是一個相當安全的藥物。有些病患須長期服用抗組織胺藥，等

症狀較穩定之後再逐漸減少藥量，才能將症狀控制的較穩定。

在保養上，我們要選擇無色無味成分單純的保濕劑來加強皮膚的保護屏障。保濕劑依照其基質成分，可以分成三種不同的質地：油膏(Ointment)、乳霜(Cream)、乳液(Lotion)。其中油膏的含油量最高，乳液的油脂量最少。根據皮膚的部位、症狀及季節需選用不同的保濕品，才能讓症狀得到最好的控制。如果同時有在擦藥膏的話，就要先擦藥品，過幾分鐘之後再擦保濕劑。保濕絕對是照顧異位性皮膚炎最重要的動作。

治療異位性皮膚炎是需要耐心毅力的，但只要好好配合醫師的指示使用上面的藥物，就可以達到很好治療效果喔!!

其他日常生活注意事項

1. 剪短指甲以減少搔抓所帶來的傷害。
2. 避免過度沐浴或清潔，少用肥皂及清潔劑。洗澡時水溫必須維持在 30 以下，以免皮膚變得更乾燥。
3. 選擇吸汗又透氣的純棉材質為主，避免粗糙易磨擦皮膚的衣物。
4. 保持空氣流通，環境清潔，減少家中過敏原、塵蟎。
5. 減少出入公共場所及空氣污染區，避免二手煙。
6. 保持情緒穩定與避免壓力。