甲溝炎

★ 臺中榮總傳統醫學科醫師 孫筱茹

指甲嵌進肉裡,造成甲溝的 發紅、腫脹,疼痛,甚至化膿,滲 出組織液,是許多人難以忍受的惡 夢,尤其是經常做家事,接觸水或 清潔劑等化學物質的人可能會反覆 的發作甲溝炎,形成慢性的疼痛。

為什麼會有甲溝炎?

甲溝炎是指甲受到各種損傷 後,又發生細菌感染導致指甲溝的 發炎,患者會有明顯的發紅、腫脹, 疼痛,甚至在短時間化膿。

指甲的受損原因很多:

- 指甲剪太短,導致指甲生長時嵌入肉裡
- 工作因素,接觸到化學性刺激, 例如經常使用清潔劑的洗衣工、

洗碗工或家務工作

- 3. 指甲受到刺傷、壓傷等機械性的 損傷
- 4. 習慣性的咬指甲也容易導致指甲 的損傷和感染
- 5. 使用藥物後併發甲溝炎的副作用,常見如標靶藥物:妥復克(Gilotrif)。

中醫怎麼治療和衛教?

中醫在看待甲溝炎的發生原 因,分為外在因素、體質因素及結 構因素。

1. 外在因素:

如上述提及的外在刺激、損傷 和感染,治療重點在確實執行衛教 並減少外來的感染源。

| | 衛教 | (10101011 1 10101/20/20 | |
|--|-------|-------------------------|---------------|
| | | 避免咬指甲的習慣 | |
| | | 在接觸水或清潔劑時應戴手套, | 或避免接觸刺激物 |
| | 減少感染源 | 讓手指沖純水或自來水 | 沖水浸泡後應以紗布擦乾、壓 |
| | | 浸泡溫水,10-20min/次 | 乾傷口 |

在外用藥膏的使用上,甲溝發 紅、腫脹明顯,可以給予中藥外用 膏藥,例如清熱解毒的如意金黃散 外敷,但若甲溝破損,傷口滲出組 織液或發膿腫、出血,則不可以使 用。針對甲溝炎,現代醫學可能會給予抗生素或類固醇藥膏,若發炎反應無法控制、細菌培養長菌,或免疫力下降的患者,才會給予口服抗生素控制感染。

2. 體質因素:

針對體質作調理,掌握每個人 的體質、舌象脈象,傷口狀態,給 予個人化的處方。

3. 結構因素:

受到外傷、姿勢不良或工作勞 損而多處痠痛者,需經醫師觸診指 甲、指頭及肢體,查看指頭指甲的終 端筋膜旋轉狀態,給予遠離甲溝發炎 處的針刺治療或傷科結構調理。

| 症狀 | 治則 | 處方 |
|---------------------------|--------------|---------------------------|
| 發熱、身熱、舌紅、脈滑數、甲 溝發紅腫脹明顯 | 清熱解毒 | 黃連解毒湯、真人活命飲、龍膽 草、黃芩等加減 |
| 甲溝滲出液多 | 清熱利濕 | 馬齒莧、白蘚皮、蒲公英 |
| 甲溝長期發炎,觸之較硬,指甲 周邊長出肉芽 | 活血化瘀 軟堅散結 | 乳香、沒藥、連翹、皂角刺 |



▲常用於甲溝炎的清熱解毒、軟堅散結的中藥:白花蛇舌草、金銀花、 半枝蓮、蒲公英、連翹、黃芩、乳香、沒藥、皂刺

傳統醫學科醫師 孫筱茹

【主治專長】

中醫一般科。中醫輔助傷口照護,五十肩、痠痛症、關節疾患、

頭痛、痛經、功能性消化不良。

【門診時間】

每週三下午,門診大樓6樓2631診間

一
二
三
四
五

早上
一
一
一
一

下午
Image: Control of the property of the p