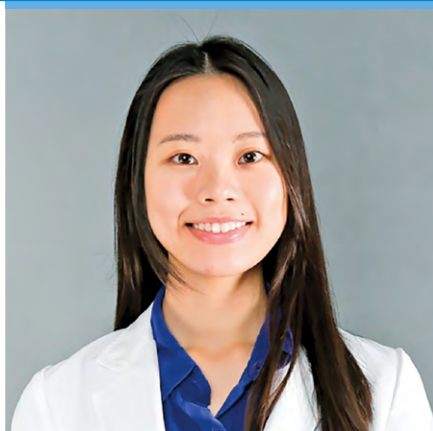




濕疹的中醫治療

文／臺中榮總傳統醫學科醫師 孫筱茹

傳統醫學科 孫筱茹 醫師



【主治專長】

中醫一般科：濕疹、感冒、咳嗽、疲倦、功能性消化不良、便秘、痛經、失眠。

中醫傷科：慢性下肢潰瘍傷口、剖腹產疤痕治療、孕期結構調理、落枕、肩關節疼痛、急慢性痠痛症。

【門診時間】

週二下午／週三下午

醫師，我的皮膚好癢！患者一臉愁苦，在診間忍不住的抓癢，患處皮膚發紅、布滿抓痕，皮屑如白雪般脫落，有些傷口組織液滲出，乾燥後形成黃色結痂。這些反覆發作的濕疹不僅影響美觀，也減低患者的生活品質，讓人難以專心、難以入睡！

濕疹是一種常見的皮膚炎症表現，容易出現在有過敏性體質的人，經常反覆發作。臨床上可以分作急性、亞急性和慢性溼疹。急性濕疹，患者身上會出現紅斑水腫、灼熱搔癢，紅斑上可能出現散在的或密集的丘疹、水疱，搔抓後水疱破裂形成糜爛面，組織液滲出。慢性濕疹則發紅減少，皮膚逐漸增厚，顏色較暗，可能有色素沈著。

中醫怎麼治療？

中醫擅長針對體質和氣血作調理，掌握每個人的體質、舌象、脈象，傷口狀態，給予個人化的處方。濕疹的治療可以從患者的整體氣血虛實、痰濕血瘀病理產物堆積、身體結構等各個方向來處理。

如果症狀上見濕疹起病急、皮膚病灶紅斑明顯，滲出液多、身熱口乾、大便乾硬，小便黃，舌紅脈滑，中醫辨證上屬於實證、濕熱證，宜清熱利濕，用藥如甘露消毒丹、二妙丸等加減，外用藥可以配合黃柏、馬齒莧、蒲公英煎湯外洗或濕敷來燥濕止癢。若皮膚病灶以紅色丘疹為主，滲液少，但劇烈搔癢，舌紅苔薄黃，脈弦滑，中醫辨證上屬於


風熱證，可以選用消風散加減。如果濕疹過急性期後反覆發作，斑疹顏色轉暗，皮膚出現苔蘚樣病變，舌淡脈細，中醫辨證上屬於虛證伴有血瘀，用藥如當歸飲子、四物消風飲等加減，藉由中醫中藥調整患者體內的氣血失衡。

針刺治療也常用在治療皮膚病，可以緩解濕疹患者的皮膚搔癢、身熱症狀，選穴如合谷、曲池、大椎、血海等穴疏風清熱。如果濕疹好發於單側、局部，經由醫師診察認為局部經絡氣血不通，可以配合局部的針刺治療或傷科結構調理。



濕疹的預防和衛教

1. 清潔皮膚時，水溫不宜過高，並避免肥皂的過度清潔，避免搔抓。
2. 調整生活作息，提早就寢，睡眠充足，減少熬夜、晚睡。
3. 飲食上，減少甜食、烤炸辛辣飲食，海鮮等食物。
4. 保持身心的平靜，面對並處理焦躁緊張的情緒或壓力。

濕疹的治療，除了藉由中醫中藥調整體質，配合衛教可以更快減輕濕疹的症狀，減少復發，達到事半功倍的效果！



濕疹辨證

辨證	症狀	治療用藥
濕熱證	濕疹起病急、皮膚病灶紅斑明顯，滲出液多、身熱口乾、大便乾硬，小便黃，舌紅脈滑	清熱利濕，用藥如甘露消毒丹、二妙丸等加減
風熱證	紅色丘疹為主，滲液少，但劇烈搔癢，舌紅苔薄黃，脈弦滑	疏風清熱，用藥如消風散加減
虛證伴血瘀	反覆發作，斑疹顏色轉暗，皮膚出現苔蘚樣病變，舌淡脈細	補虛化瘀，用藥如當歸飲子、四物消風飲等加減
局部經絡氣血不通	濕疹好發於單側、局部	針刺治療或傷科結構調理