|  |  |
| --- | --- |
| 衛教資訊  **新竹馬偕紀念醫院** | **非傳染性皮膚疾病： 異位性皮膚炎** |
| 地址： 30071新竹市光復路二段690號電話： 03-6889595分機6293 | **修訂: 2021/5/24**  **皮膚科** |
| ．健康諮詢專線：03-5745098 週一～週五 上午9:00~12:00  下午14:00~17:00 例假日休息．語音掛號電話：03-5166516 ．人工掛號電話：03-6118866 週一~週五上午8:00~17:00  週六上午8:00~12:00 | 新竹馬偕new logo-20160801-黑字.wmf **(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.**  **馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利** |

**異位性皮膚炎的定義**

異位性皮膚炎是指一種反覆發生的搔癢性皮膚炎，常與遺傳有關，是嬰兒期及小兒期最常見的皮膚疾患之一，約占小兒人口的3~5%。60%的病人會在第一年發病，30%的病人在1~5歲間發病。約有一半患有異位性皮膚炎的病人會合併氣喘、過敏性鼻炎的發作。大部份異位性皮膚炎的病人或其家人會有氣喘、過敏性鼻炎、或過敏性皮疹，我們稱為異位性體質。

異位性皮膚炎的診斷的條件必須符合下列敘述三項或三項以上：

* 皮膚搔癢。
* 典型的皮膚症狀(濕疹樣皮膚炎或苔癬化皮膚炎)及位置(嬰幼兒大多在臉部及身體的伸側，成人大多在關節的屈側)。
* 慢性持續性或反覆發作性皮膚炎(一般指超過6個月以上)。
* 個人或家族成員有異位性體質(包括氣喘、過敏性鼻炎、乾草熱、或異位性皮膚炎等)。

**異位性皮膚炎的臨床症狀**

皮疹在嬰兒期通常於2個月至6個月大開始發生，首先於臉頰、額頭、頭皮產生紅色小丘疹，小水泡；水泡抓破或磨破產生糜爛，有滲出液、結痂，病灶可延伸到軀幹、四肢伸側等。由於劇癢，嬰兒會用手、枕頭、或任何可應用的東西來搔抓，哭鬧不安，讓父母也不得安寧。所幸，可以安慰的是大約半數的患者在2到3歲會痊癒，此外現在的治療可有效的控制病患的癢感及皮疹，直到自然的病程隨時間得到痊癒。如果經過嬰兒期尚未痊癒，皮膚的病灶會變的比較乾燥，有灰褐色皮屑，皮膚變厚，紋路加深，呈苔癬化變化；皮疹的部位則主要分佈在臉、頸、胸部及四肢屈側如肘窩、膝窩等部位。

|  |  |
| --- | --- |
| **異位性皮膚炎的注意事項**  家長必須了解異位性皮膚炎是一個慢性的皮膚病，其處理過程必須要有耐心，配合醫師的治療，直至孩子自動痊癒不再發作。因此在處理上分兩部份：疾病惡化時之急性期處理及平時穩定期之注意事項。急性期大部份需要醫師的處理，甚至住院治療，慢性期則需要家庭所有成員的配合。  平時穩定期之注意事項：   1. 避免皮膚刺激物  * 剪短指甲。 * 避免過度沐浴，少用肥皂及清潔劑，如此可避免皮膚更乾燥。洗澡時用溫水，並使用洗淨力溫和，pH值中性的肥皂，在沐浴後立刻適量使用不含藥性、香精、防腐劑之單純潤膚劑。 * 減少與粗糙、過緊、或刺激性衣物接觸，最好穿棉質的衣服，避免羊毛、尼龍等衣料。  1. 居家環境的注意事項  * 室內不養貓、狗、鳥…等寵物以減少來自動物皮屑、毛髮、排泄物之過敏原。 * 室內不鋪地毯、草蓆榻榻米；不玩毛絨玩具；以百葉窗代替厚重窗簾布。 * 儘量少用香水、芳香劑、蚊香、樟腦丸、殺蟲劑等刺激氣味物質。 * 使用除濕機保持濕度在50~65%間，並使用空氣過濾器(須定期更換濾網)以減少黴菌生長。 * 每週並以熱水清洗枕頭、寢具，並常常清掃家中及環境以減少灰塵。  1. 其他注意事項   避免溫差過大，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、乾燥的情形下會使病情惡化。  減少出入公共場所及空氣污染區，避免二手煙。  在食物控制方面，一般異位性皮膚炎的小孩在治療得當下，常可得到非常好的改善，不須限制飲食；只有在非常嚴重，一般治療無法控制病情，或病人皮疹的發作與食物有非常明顯的關聯，才須要飲食控制。下列為較常引起過敏的食物：(1) 牛奶 (2) 蛋 | (3) 魚 (4) 小麥 (5) 花生 (6) 大豆等，可嚐試避免數週至病情改善。  **異位性皮膚炎的治療**   1. 口服藥物  * 口服抗組織胺：   口服抗組織胺大多可有效控制搔癢，並且相當安全，是異位性皮膚炎的主要治療藥物，有些孩子甚至必須長期服藥，再逐漸減少藥量才能有好的控制。在治療上醫師最常碰到的問題就是家長不給孩子吃藥，只是不斷的擦藥膏，反而是一種捨本逐末的辦法，不但治不好，長期擦藥對皮膚更是一種負擔。   * 口服抗生素﹕   在有合併細菌感染時，則必須同時使用抗生素。許多家長會自行停藥或不敢給孩子吃藥，反而使病情惡化或不斷反覆發作。   * 口服類固醇﹕   只用於嚴重的急性期，會有快速的改善；但長期使用副作用大，因此異位性皮膚炎一般不需使用口服類固醇作長期的控制。   1. 按醫師指示在不同部位依嚴重程度適當使用外用藥膏   外用藥膏以類固醇類藥膏為主，藥膏的強弱會因皮膚問題的嚴重度，患者年齡，病灶部位之不同而調整，請依皮膚科醫師指示使用。有些家長不敢使用類固醇類藥膏的觀念是錯誤的，反而會延誤病情；有些家長則是自行買藥，根本不知藥物的強弱及使用方法，反而擦出許多後遺症。類固醇類藥膏跟其他所有藥物一樣，在皮膚科醫師指示下正確的使用，是有效而安全的，併發症都是由於使用方法錯誤而會造成，但因害怕併發症而不敢使用，反而是因噎廢食，反而會使病情惡化。  以上為所有患者都必須注意的事項，至於嚴重反覆發作的孩子，醫師會建議作進一步的檢查以找出較重要的過敏原。這些檢查包括特異性IgE抗體(抽血檢查)、過敏性皮膚試驗(針刺檢查)、貼布試驗等；如果能找到一些重要的過敏原，醫師會另外告知預防的方法。但家長應了解這些皮膚試驗仍有許多假陽性，或假陰性反應，結果並不完全可靠，只能作參考用，並不代表根據這些試驗結果作防範，孩子就一定能得到完全的治癒。此外，針對過敏原打減敏感的針對異位性皮膚炎的孩子們大多沒有幫助，有些甚至會惡化，因此一般不建議使用。 |

* 新竹馬偕紀念醫院，關心您的健康。