

◀自幼受濕疹困擾的天天今年八歲，每逢天氣轉變，濕疹仍會病發。

纏擾終身？

對抗濕疹

皮膚又紅又痕又會裂開，更會留下疤痕，這種由自身免疫系統引發的皮膚病——「濕疹」，困擾口許多人，最慘是每次病發都只能治標，無法治本，過止一段時期後又復發，終身纏擾，無法擺脫。

現年八歲的天天，出世一個月便被濕疹纏擾，多年來一直與類固醇藥膏為伍……



天

天出世一個月後，頭皮、臉龐、手指、屁股、大臂內側全部紅卜卜，皮膚變厚、變硬，而且出現白色一塊塊皮屑，初時還以為是奶粉過敏，轉食低敏感奶粉……望口八年前剛出世的团团於濕疹病發時的照片，張爸爸憐惜地述說。

然而轉換奶粉後，濕疹範圍只是稍為縮小，卻一直不肯消散，仍然頑固地盤據在兒子皮膚上，而且開始滲出透明液體。

據張爸爸形容，天天當時全身紅得像番茄，他在極度擔憂下抱起他即往醫生處求診，結果證實患上難纏的「濕疹」。

免疫過敏誘發濕疹

為何剛出世不久的天天會有這種病，他是否接觸過甚麼病菌呢？張爸爸百思不得其解，惟有希望醫生能解答他的疑問。

皮膚專科醫生黎湛暉指出，困擾口香港百分之二十人士的「濕疹」，九成屬於「異位性濕疹 (Atopic Eczema)」，是皮膚病亦是免疫疾病。問題出於遺傳基因，令患者免疫系統過敏，導致皮膚發炎、紅腫、痕癢，嚴重的可以出現鱗屑、破裂、脫皮、結痂、出水或流膿，甚至演化至全身紅皮症，患



▲黎湛暉醫生指出，醫生只能用藥舒緩病徵，要預防病發，就要靠病患時刻塗抹潤膚膏，保持皮膚濕潤。



濕疹病徵模式

嬰兒期	多數病發於面部，現紅疹、丘疹、小水泡、膿泡、結痂，然後到伸張關節，最後蔓延至全身；
童年	少見於面部，伸張關節同樣會現紅疹、丘疹、小水泡、膿泡、結痂，嚴重會演化至全身的紅皮症；
青少年及成年	沒有固定發病模式，可以是眼蓋、腳跟、頸項等。

▲天天出生一個月，濕疹已蔓延至全身，出現紅疹及皮膚，甚至滲出液體。

用藥好轉 皮膚變薄

「不過，亦有不少嬰兒期的濕疹會於兩歲後逐漸好轉，或病情變輕！」黎醫生說。

張爸爸當年亦抱口這個希望。幸好天天小時候雖然皮膚紅腫兼皮膚不斷凋落，但慶幸他沒有狂抓，否則病情定必惡化。張爸爸當年唯一可以做的，就是幫兒子每日塗搽醫生處方的類固醇藥膏，舒緩皮膚紅腫及痕癢。然而，用藥一段時期後，他發現不對勁。

「初時搽藥膏，皮膚發炎範圍好快就縮小，不再出水，紅皮亦變淡，皮膚亦減少，但持續塗抹幾個月後，發現他小腿皮膚變得很薄，甚至見到皮下血管。」張爸爸緊張地說。

黎醫生強調，濕疹治療主要是塗抹藥膏，利用含不同份量的類固醇藥膏，有效抑制免疫系統來治療濕疹症狀。但因大眾對類固醇藥物還是一知半解，有的因懼怕後遺症而抗拒使用，致使病情惡化；有的卻因過度濫用，而

者有可能因痕癢狂抓，擦破皮膚發炎，引致併發症。

此基因激起免疫系統過敏問題，不單會誘發濕疹，還可以導致鼻敏感、哮喘、氣管敏感或眼疾毛病。如果父母雙方均帶有此類基因，有九成機會遺傳給子女；只有一方的，遺傳機會率亦

有三至四成。

「當中的濕疹發病率佔10%至20%，可於不同年齡期病發，包括嬰兒、小童或成年人，亦可以一輩子都不發病。」黎醫生說。

天天相信就是帶有此基因，而且已病發的小兒濕疹患者。

濕疹有機會因免疫系統自我

修正，而根治「斷尾」，但何時出現就無法知曉。因此，黎醫生說治療濕疹主要為舒緩徵狀及預防病發，無法殺死它，患者需學懂與濕疹和平共存。

出現藥物後遺症。

「太長時間使用類固醇，會令皮膚變薄，容易破損受感染。」黎醫生說。

類固醇藥 正確塗搽

他指出，雖然外塗比口服

類固醇藥物影響小孩發育的機會較低，但長期使用就會增加吸收量，對發育亦會有影響。不過，只要適當使用類固醇，每日只薄薄地塗抹兩次，不要擅自延長療程，而且塗抹後記得洗手，這樣藥膏治療效用很高，且十分安全。

黎醫生解釋，雖然張爸爸每日只正常的薄薄塗抹兩次，對於只出世一個月的初生嬰兒，皮膚本來就薄弱，塗抹一個月後，皮膚當然承受不了。

幸好張爸爸發現得早，並向醫生報告情況，醫生其後要天天停用類固醇藥物，改為較新的免疫調節劑藥膏，雖然藥效較慢，但就能控制濕疹及讓皮膚休息。

然而，與濕疹鬥爭了幾年，天天雖一度好轉，但每兩星期都病發，令張爸爸煩惱不已。

乾燥壓力 愈抓愈爛

原來，當帶有濕疹基因的患者遇上致敏原，例如乾燥、天氣突

▲天天時仍會偶然病發，指縫亦留下濕疹痕口。



▲不論家中或是書包口，張爸爸總會準備具封閉性的潤膚膏，務求天天即時止癢。



預防濕疹病發，除了要隨時保濕外，流汗後亦要即時抹乾。



▲新一代不含類固醇的濕疹藥物：免疫調節劑。

▲類固醇濕疹藥物，劑量有分輕量、中量及重量。



▲用類固醇藥後，天天的濕疹病情已逐漸好轉，但皮膚卻變得薄弱，需要即時停藥，改塗免疫調節劑。

然變異、情緒、壓力、塵口或某些食物後，就極有機會誘發濕疹。

「濕疹的最大誘因是乾燥天氣，所以要預防病發，首要就是保持皮膚濕潤，經常塗抹防止水分流失、屬封閉性的潤膚膏，例如凡士林或羊脂。」黎醫生解釋。

另外，情緒亦是誘發濕疹的最大原因之一，當情緒緊張時，不單容易病發，更加劇痕癢情況，這樣皮膚的角質層愈來愈厚，愈厚就會愈痕癢，惡性循環下，很容易抓損發炎皮膚及感染細菌，令濕疹病情惡化。

黎醫生稱，於臨口經驗發現，患者只要放下工作，卸去壓力去旅行，濕疹情況會好轉，且能不藥而癒。他亦勸喻患者，痕癢時最好用手拍打止癢，千萬別抓。

避致敏原 隨時保濕

一般人以為濕疹多是由食物敏感誘發，其實只有百分之五濕疹病人屬此類。

黎醫生指出，調查顯示最多

子送入口口。在生活細節上亦加倍照顧，包括洗澡水不能過熱、浴後必定用嬰兒油、隨身帶備潤膚膏保濕、衣物只穿純棉或純絲、冬天不會讓他穿樽領上衣、流汗即時抹乾……

「我希望健康體魄令過敏自我好轉，所以一直要他戒食花生及少吃海鮮，並多做運動，情況果然逐漸好轉。現在天天已八歲，手指隙縫及屁股仍然會有濕疹，但已經比以前好了很多。現在病發，只要用類固醇藥物，一兩日就好轉，不用再怕副作用，我們亦放心許多。」張爸爸開心地說。

小心照顧 勤做運動

張爸爸為防止天天病發，請醫生為他進行了敏感測試，終於發現致敏原是花生。自此張爸爸非常小心天天的飲食，對於一切含有花生成分的食物，都不讓兒

找出致敏原測試

貼紙測試：把致敏原製成的廿多種綜合性測試藥水，例如金屬或香料混合，貼於背脊上，四十八小時後，呈陽性反應的會出現紅腫、痕癢或水泡現象。此項測試較能準確地找到由T淋巴細胞(T Cell)誘發的接觸性濕疹，但因為四十八小時內不能洗澡、濕水或過多汗水，所以夏天時較少人願意接受這項測試。



點刺測試：把少量致敏原刺於手臂皮膚表面，主要看有否免疫球蛋白IgE抗體，有的話即表示對致敏原有可能敏感，十至十五分鐘後，呈陽性反應的會出現如「風癩」般紅疹。

驗血測試：抽血液檢查有否免疫球蛋白IgE抗體，原理與點刺測試相同。但即使擁有此抗體，亦未必誘發濕疹。驗血及點刺測試對於尋找鼻及氣管敏感較為準確。



下期預告：腸道打結？

向來飲食健康，整日又沒有外出進餐，為何會肚痛嘔現？啊，肚好痛，而且愈來愈痛……好痛！又不似盲腸痛，感覺像是腸道打結似的扯住痛，他用手按壓時，更隱隱感覺到肚皮下有突起異物，究竟三十六歲的Ken何事肚痛？

因篇幅關係，養和醫療信箱暫停。讀者如有任何醫療問題，可電郵至 medicfile@singtaonewscorp.com。