



# 絕招擊退濕疹 嫩膚再現

BB患濕疹整天哭啼，年輕人患濕疹大大影響自信心，成人患濕疹更影響工作……濕疹無論在哪個年紀出現都令人深受煩擾。更無奈是患者苦尋良方都未能根治，早前更有年輕患者因無法抵受濕疹折磨而自殺。

濕疹是如此難治療嗎？治療濕疹一定要用類固醇嗎？有特效藥可以擊退濕疹嗎？過敏病科專科醫生為大家解構治療濕疹的方法。

撰文：陳旭英 設計：楊存孝



▲李德康醫生說現時有很多方法治療濕疹，病人毋須灰心。



▲兩個月大的Ube已經滿臉濕疹。



▲五六個月大時的Ube，頭、額都是濕疹。

四個月大的Ube現在有剝殼雞蛋般的柔嫩肌膚，是媽媽費盡心力照顧的成果。

在此之前，Ube經過痛苦難捱的歲月，「Ube從兩個月大開始被濕疹纏擾，初時臉及手有紅疹，求醫後醫生說是濕疹，處方了藥膏。到三、四個月大都一直有紅疹，嚴重時臉龐又腫又紅，表皮滲水、脫皮，脫皮後皮膚變黑……之後頭頂、臉頰、手部皮膚都變得粗糙，看見他痕癢難當十分辛苦，我們也十分心

痛……」媽媽Shizuka說。

知道濕疹可能由致敏原引發，Shizuka本來打算在Ube一歲後去做致敏原測試，但到七、八個月大時濕疹實在嚴重，在家人建議下到養和醫院過敏病科中心求醫，李醫生了解情況後，即時安排血液測試，發現有五大致敏原包括蛋、奶、雞、魚、花生，誘發Ube的濕疹。

找到元兇後，當前急務是處理Ube紅腫、脫皮、滲水的皮膚，「李醫生安排Ube入院，除了餵口服藥，還有每天兩次用藥

性洗澡液浸洗，之後要用濕敷治療，再加每小時塗抹潤膚膏……經五日治療後皮膚終於回復正常，出院時像整容後般漂亮……」Shizuka說。

## 全身濕疹遭歧視

二十三歲的William，經歷過兩年不想見人的痛苦日子。

「William上了大學後就開始受濕疹折磨，初時頸上有少少紅疹，漸漸愈來愈多，範圍愈來愈大，之後手、腳、身體都有……」譚太向記者憶述兒子病歷。

William最初見皮膚科醫生，獲處方類固醇及抗生藥膏，情況沒有好轉，之後遍尋名醫，濕疹沒有受控而且愈見嚴重，患者皮膚破損、滲出血水，譚太發現兒子的牀單、被褥、襯衣都沾了血水，好不心痛。

之後譚太帶兒子見中醫，開



▲幼兒穿上特製衣物，接受濕敷治療。

始過着每天煲中藥及提醒兒子飲苦藥的日子。「天天煲藥我都好辛苦，但兒子更苦，他情緒好低落，一對手又紅又脫皮，外觀上可能嚇怕人，乘搭公共交通工具，沒有乘客行近他身邊，大學同學都避開他。兒子埋怨，為何做人如此辛苦，他亦因沒有自信而不願外出。」譚太說。

後來譚太兄長建議William到養和求診，終於能對症下藥。

「兒子要入院一星期接受治療，包括有口服藥類固醇、抗生素、消炎藥，早晚用藥性洗澡液，之後塗抹四種藥膏，每塗完一種要等二十分鐘吸收，才塗下一種；再之後是穿着貼身衣，然後噴水讓皮膚保持濕潤，『濕敷』六天，到第七天兒子皮膚狀況好了很多，可以出院，但療程未完結，之後仍要定期回醫院注射『降敏針』(Anti-IgE抗免疫球

►濕疹嚴重的Ube經治療後，現已完全康復，皮膚白滑。



▲牛奶、雞蛋及花生是常見致敏食物。



## 高危兒童

### 應及早引入高致敏食物

李醫生特別提到一點，是香港父母因擔心兒童有過敏而延遲給兒童引進固體食物，這反而可能會增加患過敏症機會。「已經有不少研究指出，延遲引入高致敏食物，兒童日後患食

物過敏機會愈大，所以現時的建議是，有過敏傾向的兒童，例如父母親本身有過敏，或家族有過敏病史的，愈早進食各種食物包括高致敏食物，可以減低日後出現過敏症機會。」

## 兩成人口曾患濕疹

蛋白E)，足足注射了四個月，兒子皮膚終於回復光滑，像去完韓國整容一樣……」譚太說。

為他們治療的養和醫院過敏病科中心主任李德康醫生說，香港有大約百分之二十的人曾有不程度的濕疹，「患者大多見過很多醫生，皮膚破損嚴重，情緒低落，很灰心。我想告訴大家的是，現時有很多新藥可用，濕疹有治療之法，大家要抱有希望。」

李醫生說，過敏病由致敏原引起，一般要找出致敏原才能對症下藥，但濕疹不一定能找出致敏原，慶幸兒童濕疹病人能找到致敏原機會比成年人高，於他診斷的嬰兒患者中，大部分都是由奶類引起。

甚麼是濕疹？李醫生解說，它是一種引起皮膚痕癢的過敏病，患者皮膚一癢就抓癢，抓完皮膚就破損，破損有細菌感染會發炎，又紅又癢又脫皮，嚴重的會滲水，患者晚上難以入睡。兒童患者會因痕癢不適而無法溫習，整天在哭，父母亦無法入睡，大大影響家庭生活。

「濕疹不單止在皮膚上造成困擾，更是躲藏在人的思想及心理上，造成全面性的影響。」李醫生說。

濕疹的影響範圍，因

應患者年齡而有所不同，如果是嬰兒，多數影響頭及臉；到了一至兩歲，濕疹開始蔓延至手、頸、背等。「初期病徵十分典型的，主要影響皮膚摺位，例如手關節內側。如果在其他地方出現，要檢視清楚是否濕疹，有機會是其他問題。」

## 眾多原因誘發

為何會患濕疹？李醫生說濕疹有很多原因誘發，主要是過敏。

「原因一，是食物過敏。香港



▲Cecilia為痊癒後，額上留有少少濕疹痕跡。

人進食種類繁多，包羅萬有，又有添加

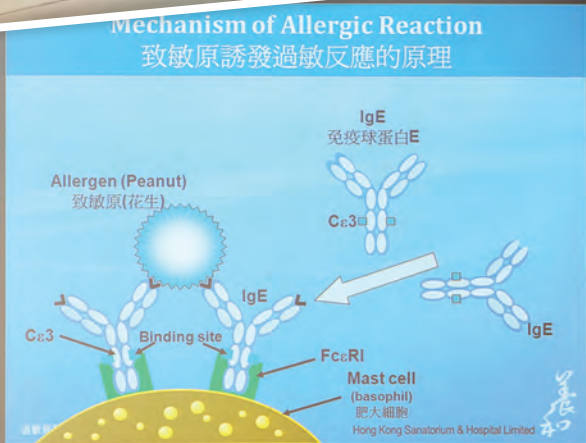
劑、防腐劑，而且進食習慣亦較不固定，吃得又亂又雜，又多進食『垃圾食物』。如患濕疹就很麻煩，醫生很難從中追查致敏原，又難控制。

原因二是接觸一些致敏物質，例如溶劑、鎳 (nickel) 飾物、清潔劑如洗潔精、肥皂、洗衣粉、洗髮乳、沐浴乳、潤膚液等。

汗液也可誘發濕疹，兒童經常蹦蹦跳跳走會流汗，汗液中含鹽份，會刺激皮膚。如皮膚有傷口、潰瘍，受到汗液刺激會又痕



▲濕疹患者可接受皮膚點刺測試或血液檢驗，找出致敏原。



▼注射「Anti-IgE」可以令體內的IgE水平下降，不再攻擊自己。



►圖為免疫力調節類外用濕疹藥膏。



又痛，十分辛苦。」李醫生說。

其他原因如穿着一一些質地粗糙的羊毛衣物、密封式橡膠手套、摩擦、葡萄球菌、皮膚經常處於乾濕交替狀態等。

壓力亦是其中一個引發濕疹原因。另外缺乏運動、不曬太陽、睡眠不足、吸煙、生育後不餵哺母乳、接觸動物如貓狗等，都可以誘發濕疹。

診斷觸發濕疹的誘因，除了需要了解有關各種誘因的詳細臨床記錄，亦要配合皮膚點刺測試、斑貼測試或血液測試 (RASTs) 以確認致敏原。

## 類固醇藥膏不要怕

當找出致敏原後，病人應避開致敏原。而皮膚上的損傷需要治療，一般會處方類固醇藥膏，但香港人視類固醇為洪水猛獸，一般十分抗拒。李德康醫生說：「類固醇在監察下小心使用，不使用太長時間，並不會出現問題。」

他解釋類固醇以藥份含量分為輕度 (mild)、中度 (moderate)、強力 (potent) 及非常強力 (very potent)。醫生視乎病情處方適當類固醇。

醫生亦會處方抗生素藥膏。

李醫生說任何人皮膚上都有細菌，有好菌亦有壞菌，正常情況下不會對身體造成害處。但如果皮膚破損，細菌入侵，就會引致炎症，故濕疹病人皮膚如有破損，就需要處方抗生素藥膏及藥用洗滌液幫助殺菌。但不能長期使用，否則會殺死所有細菌包括好菌。

患者亦要注意為皮膚補濕，使用軟膏 (ointment) 滋潤皮膚。醫生會因應患者皮膚情況而建議使用的頻密程度，嚴重的可能要每小時塗一次。李醫生指出選購潤膚軟膏時，要避免用含有香味、食物成分的如牛油果油、燕麥、杏仁油、椰子油等。

## 終極治療 Anti-IgE

大部分濕疹患者在發作時，需要服用抗敏藥止痕癢。

如兒童有濕疹，又發現對牛奶過敏，應轉餵哺母乳。如濕疹兒對牛奶、雞蛋過敏，餵哺母乳的媽媽亦要戒吃蛋及奶類，避免嬰兒從母乳中攝取致敏原。如不可餵哺母乳，便需改飲深度水解配方奶粉。

濕疹患者如做足上述



▲到沙灘曬太陽及游泳，對濕疹患者有利。

## 濕疹患者可以游水嗎？

經常有人問，濕疹患者可以游水嗎？李德康醫生表示十分贊成，因為游泳期間可以曬太陽，陽光對濕疹患者有利，例如幫助身體製造維他命D。但他提醒患者游泳、曬太陽後，皮膚會比較乾燥，應盡快沖身，然後用毛巾以印乾的方式吸走水份，不要揉抹以免再造成損傷。之後塗抹潤膚乳液，幫助皮膚保濕及形成保護膜，免被細菌或其他外來物質入侵。



李德康醫生解釋誘發過敏反應的原理。

方法及措施都沒有改善，治療方案就要升級，採用免疫力抑制劑藥物 (immunosuppressants)，分為外塗及口服兩類，外用藥膏有 tacrolimus ointment 及 pimecrolimus cream。口服藥物包括 Cyclosporine、Azathioprine，但有副作用，可能會影響肝腎功能及白血球指數，故要小心監察使用。李醫生補充，全身性類固醇及免疫調節藥物，只用於少數情況。

如患者的過敏情況十分嚴重，IGE 水平極高的，可以注射生物製劑類的藥物 (omalizumab, dupilumab) 令 IGE 水平下降，療程可能長達數月，注射前需檢查 IGE

▲Ube 對多種食物過敏，故媽媽對他的飲食十分小心。



水平決定注射劑量及頻密程度。部分生物製劑藥物目前只適用於十八歲以上患者，正研究擴展至兒童患者。

李醫生解釋這些藥物原理是阻截免疫系統傳遞發炎訊息，令免疫系統不會因為受到刺激而攻擊身體。

治療濕疹，濕敷治療 (wet wrap) 是一個十分有效方法。李醫生解釋，醫護人員用繃帶包裹患者全身或濕疹患處，徹底噴濕後，再穿上特製衣服，保持皮膚二十四小時都濕潤。很多嚴重濕疹病人，入院接受三至四天濕敷治療後，已能完全康復。

上述兩位濕疹病人，在入院接受濕敷治療後，皮膚回復正常。病情較嚴重兼體質極為過敏的 William，由於體內的 IGE 水平極高，李醫生建議注射藥物療程，阻截發炎訊息傳遞令 IGE 水平下降，最終在接受了四個月 [Anti-IgE] 治療，IGE 回復可接受水平。■