

「異位性皮炎」的認識與中醫治療

先天稟賦不足的遺傳過敏性濕疹，稱為「異位性皮炎」，又名「異位性濕疹」、或「素質性濕疹」。其病變表現與一般濕疹類同，但後期皮損常肥厚而類似於神經性皮炎等皮膚病。常有鼻過敏、哮喘、蕁麻疹等家族過敏史，皮損好發於「四彎」與足背等。

【辨證】

1.本病自幼年開始具有階段性發病，從嬰兒到兒童到成年，各期表現不一。

2.兒童期：好發於4~12歲兒童，可不經過嬰兒期，皮損為米粒至黃豆大的膚色或褐色丘疹，常融合成片而類似神經性皮炎，好發於肘、膝關節窩，分布對稱而名為四彎風。有的在四肢伸側出現較大的丘疹、劇癢而類似節結性癢疹。一般呈乾性，時有抓損、血痂少許糜爛、滲液等損害。反覆發作，纏綿不已，亦可繼發感染而淋巴結腫大。

3.成年期：皮損與兒童期相似，但皮疹較為局限，好發於頸、四肢、眼周，苔癬化明顯，典型的皮疹常可見棕褐色與毛囊相一致的較大丘疹，帶灰色無光澤。病情頑固，時發時重，纏綿難癒，較不嚴重的或可經治療緩解。

二、血中嗜酸性粒細胞增高，血清中存在IgE的特異抗體。

【診斷】

主要根據臨床表現並結合家族或個人的“特異性”病史，即有哮喘、過敏性鼻炎、枯草熱或蕁麻疹，必要時可請病人進行IgE的側定。

【治療】

- 1、濕熱型：炎症明顯，皮損潮紅、滲液。宜清熱化濕，方用消風散加減。
- 2、脾虛型：反覆發作，皮損色黯，時有少許液體滲出。宜健脾化濕，方用除濕胃苓湯、參苓白朮散、平胃散等加減。
- 3、血燥型：病程日久，皮損乾燥肥厚等。宜養血潤燥，方用四物消風飲、當歸飲子等加減。

【注意】

患有本病的人，絕大部份都經過西醫皮膚科洗禮過，數年或十數年的都有，直至病情無法控制時，方才醒悟，原來西藥對於此病只能做症狀上的控制，醒悟的一小部份人則轉診至中醫，故在免疫力被長期破壞下，病人已弄得體無完膚，中醫在接到這些病人時，治療起來困難重重，必須特別小心跟患者溝通，在一面接受服用中藥的同時，原先病人所服的西藥如類固醇等，仍不可一下子全然戒斷，服中藥要至節結性的丘疹或苔癬樣的皮損完全彌平時，方能從原來的多顆減掉半顆，劑量是慢慢遞減為宜，然後再續服中藥直至遞減至都不必口服西藥連續3個月都不再發作時，才算基本上痊癒。值得一題的是；服用中藥治療，不管是異位性皮炎、乾癬、蕁麻疹、青春痘…等，都比西藥有更根本的治療，希望讀者耐心配合。

以下是異位性皮炎的實例：



異位性皮膚炎患者的注意事項：

異位性皮膚炎(AD)成因複雜，除了治療需要多管齊下，使用藥物之外，生活中避免惡化因素，做好皮膚保養，才能打破癢→搔抓→濕疹發炎的惡性循環，減少發作。以下介紹的皮膚病患者五忌，是我們每一個 AD 患者時刻都要注意到的。

1. 忌搔抓

搔抓可使皮膚不斷遭受機械性刺激而變厚，甚至引起感染。搔抓還起強化作用，病人愈抓愈癢，愈癢愈抓，形成惡性循環，病程因而延長。指甲剪短，晚上睡覺考慮戴連指手套，避免強烈抓搔引起感染。如果瘙癢劇烈不能控制時，可以塗抹外用藥以後，在患部直接冷敷，或冷敷後再塗抹外用藥。

2. 忌熱水濕洗

濕疹，皮膚炎在急性期時，由於皮內毛細血管擴張，會有不同程度的皮膚紅腫，丘疹，水皰。用熱水濕洗或浸泡，紅腫加重，滲透液增多，加重病情。因此，皮炎、濕疹病人宜用溫水淋浴，切忌在熱水內浸泡和用力搓擦。水溫宜涼不宜熱，補充皮膚的水分是各時期異位性皮炎的根本治療法，每天至少補充保濕性產品 2~3 次，洗澡時嬰幼兒患者最好用微溫的水(水溫 33~40 度 C，越熱的水沖刷油脂的力量越強)，越快洗完越好。不可用毛巾、刷子或海綿搓洗皮膚。洗澡後立刻塗抹保濕性強的保養品，才能鎖住水份，使水份不至於流失。同時，患部不宜用熱水燙洗等不良刺激的方法止癢，宜冰塊冷敷。

3. 忌肥皂洗劑

特別是鹼性大的肥皂，對皮膚是一種化學性刺激，可使皮膚炎、濕疹加重。如果每天洗澡僅用溫水沖洗亦可，盡可能減少肥皂的使用，避免使用刺激性的化學藥劑和消毒性產品。若需清潔去汗時，最好選擇刺激性小的皮膚過敏專用清潔液或酵素清洗，避免洗掉皮膚的保護脂肪層。嬰幼兒患者避免使用刺激性

的化學藥劑和消毒性產品，盡可能減少肥皂的使用，洗完澡幾分鐘內，水分未乾前擦上過敏皮膚專用潤膚劑。可以依嚴重度擦乳液、乳霜、油性品(凡士林或嬰兒油)等潤膚劑使皮膚保持水分，增加皮膚耐受性，一天除洗澡外應多擦幾次。

4.忌刺激性食物

高蛋白和刺激性食物，容易誘發瘙癢加重和使濕疹復發，都應該禁忌。發病治療期間不宜食帶殼貝類，如蝦、蟹、扇貝、海膽、蠔等；還有帶魚、青魚等海鮮；牛肉、雞肉、牛奶、禽蛋、香菇、竹筍、花生、韭菜、鱉；蔥蒜、辣椒等各種香辛料；及咖啡、濃茶、抽煙、飲酒等。

5.忌盲目用藥

皮膚炎、濕疹病程比較長，容易反覆。有的人治療心切，未經醫師診治就在皮損處塗抹高濃度的類固醇等藥物，反而加重病情。因此，切忌擅自無規律亂用藥。應儘早到正規醫院找專科醫師治療，切忌在明確診斷前「想當然」用藥。因為一些常見的皮膚病外用藥含皮質類固醇激素製劑或免疫抑制劑，如皮炎平、膚輕鬆、吡美莫司、普特皮等，使用不當會降低局部免疫力，導致皮損擴散、蔓延和炎症加重。有的 AD 患者自行使用一些刺激性很強的外用藥，導致刺激性接觸性皮炎或濕疹樣改變，使病情明顯加重，發展為患部滲液、糜爛、結痂等。

類固醇的副作用

〈1〉、長期大量內服或注射可以引起的問題：

誘發或惡化糖尿病、感染症、白內障或青光眼、胃或十二指腸，骨折或股骨頭壞死、骨質疏鬆症、庫欣氏症候群、肌力低下、高血脂、精神障礙、紫斑病等。

〈2〉、短期內服可能引起的副作用：

引起興奮、易激動、失眠、月亮臉、肥胖傾向、多毛和皮膚萎縮、月經異常等。

過量的類固醇會破壞骨骼肌肉系統。許多因為治療上的需要大量服用類固醇的人，在若干年後就出現了骨質疏鬆易斷及肌肉萎縮等現象。

註：那些會誘發皮膚炎發作的要忌口的食物稱為“發物”。可以理解為：因不當飲食而可能誘發某種病症、激發新病或防礙治療、加重病情、影響機體康復的食物。發物致病的原因，類似現代醫學所指的變態反應性疾病中的食入性食物過敏症的某些表現。故發物的含義又可理解為：凡因正常食用某種無毒的食物，而能誘發或激發某些人突然發生病症（如：過敏性蕁麻疹、濕疹、紫癩、胃腸炎、休克等）的食物。從這個意義來講，人類的食物有可能成為發物，但又因人而異，某種食物不可能對任何人都產生致發作用，常由家庭遺傳、個體差異（過敏體質狀態）所決定，並受季節氣候、膳食搭配、加工製作等外部因素影響。 至善中醫診所院長 宋文靖 2011/10/27