

青春不要“痘”留

◎文／官玫秀 和平院區藥師

“青春痘”又叫粉刺，醫學上稱之為“痤瘡”，是一種青春期常見的皮膚病，是因為雄性激素分泌增加、毛囊內角化細胞變厚、皮脂分泌旺盛、初油酸桿菌快速繁殖等因素引起的皮脂腺與毛囊的慢性炎症性疾病。通常發生在臉上，但也發生在胸部、背部、肩膀、上手臂及大腿等皮脂腺發達的地方。

青春期痤瘡一般不需要特別治療，但若影響心理或社交，或病情較為嚴重則可考慮藥物治療，常見的藥物治療大致分為口服及外用兩大類：外用藥包括過氧化苯、硫製劑、外用抗生素、杜鵑花酸、A 酸衍生物；口服藥則有口服 A 酸、口服抗生素、雄性荷爾蒙抑制劑。

【外用藥】

一、過氧化苯

是一種強力氧化劑，作用為減少皮膚的初油酸桿菌及游離脂肪酸，並產生乾燥、脫皮作用與去除多餘皮脂，若脫皮嚴重請減少劑量，建議晚上使用、白天洗去以減少因日曬引起的刺激性。

二、硫製劑

作用為軟化皮膚角質及殺菌。使用前應搖勻並將患部清洗乾淨，使用時需要特別注意保濕。若過敏時會有整臉灼傷、脫皮、膿包等現象。

三、外用抗生素

抑制初油酸桿菌的生長，預防細菌感染造成的發炎現象。一般用在青春痘治療之局部抗生素為 Clindamycin，外用的抗生素製劑有可能會讓病人感覺乾燥或是刺激。

四、杜鵑花酸

作用為抑制初油酸桿菌和阻斷脂肪酸生成，也能減緩角質細胞的生長。使用初期會有局部皮膚發癢、灼熱、脫皮、紅腫、刺痛等症狀，但在治療的 1-2 週期間，不適現象會因為逐漸適應而消退。

五、A 酸衍生物

有去角質作用，可以促進表皮細胞的代謝更新，是有效的青春痘治療藥物，對於粉刺型的青春痘療效最為明顯，A 酸類藥品對日光照射敏感，只能夜間塗抹。

【口服藥】

一、口服抗生素

對於比較嚴重的青春痘，口服抗生素是一個不錯的選擇，至少必須服用兩個月才能得到最大的效果。抗生素不可以使用於懷孕期間，若有計畫懷孕請務必先告知醫師。

二、口服 A 酸

用於嚴重型及囊腫性青春痘，它對造成青春痘的所有機轉都有作用。治療期大概需要四至五個月，藥效可持續數月之至數年之久，此類藥品的副作用最嚴重是對胎兒會造成畸型，所以服藥前一定要先確認沒有懷孕，使用期間一定要做好避孕措施。

三、雄性荷爾蒙抑制劑

通常為使用口服避孕藥，用於治療女性因雄性激素分泌過多造成的青春痘，最好的效果發生在服用後三到四週，也有人使用具抗雄性激素的利尿劑 spironolactone 來治療。

只要正確的用藥，保持良好規律的生活及飲食習慣，一定能戰“痘”成功。