

## 接觸性皮膚炎 Contact dermatitis

### 一、什麼是接觸性皮膚炎：

凡因皮膚與某物質接觸後，身體啟動免疫系統而誘發皮膚發炎反應，即可稱為接觸性皮膚炎。引發的物質可能為過敏原物質（allergen）或是刺激性物質（irritant），前者會誘發過敏反應，後者則會造成皮膚的損傷。若暴露於特定的物質時，即有可能有接觸性皮膚炎的發生，常見引發的物質有：金屬物質、橡膠用品、化學物質、藥物、食物、動物毛屑、光毒性與強烈日照。另外，尿布疹、富貴手等也可歸類於接觸性皮膚炎

### 二、原因：

- (一)過敏性的接觸性皮膚炎：因為自己本身的特異性體質而發生過敏的現象，如含鎳的珠寶、鈕扣、清潔劑、香水、化妝品、尿布等
- (二)刺激性的接觸性皮膚炎：當一種刺激物損害了皮膚最外面的保護層時，或使用不適當的物品急性或是慢性刺激而來的，如溶劑、酒精、漂白劑、浴廁清潔劑、燙髮液

### 三、症狀：

- (一)接觸性皮膚炎大多以癢或紅來表現，但會因嚴重程度或急慢性不同程度而呈現水泡、乾燥、脫皮等等不同的現象
- (二)由化學物質引起之刺激性接觸性皮膚炎，在表皮受到損害之後出現紅、腫、脫皮或刺痛反應
- (三)如為長時間的重覆接觸造成慢性的發炎，則有乾燥、脫皮、發紅現象

### 四、臨床處置：

- (一)避免接觸已知的引發物質
- (二)皮膚科醫師除對症敷藥之外，可進一步做「貼膚測試」，找出致病過敏原
- (三)早期治療，可以避免不必要的併發症
- (四)配合醫師指示用藥，勿自行增減劑量或頻次
- (五)勿將外用藥塗抹在正常皮膚

## 五、飲食：

- (一)均衡飲食，多喝開水，忌吃辛辣刺激性食物
- (二)多喝開水

## 六、居家照護：

- (一)外出做好防曬措施，避免皮膚受陽光直射
- (二)避免接觸到化學製品或引起皮膚起疹子物質
- (三)預期會接觸刺激性物質前，事先穿戴防水、內襯棉質的手套防護，避免直接接觸
- (四)採溫水沐浴(32~38°C)，勿使用過熱的水，沐浴時間不可過長，避免洗掉皮膚天然的油脂及引起擴張血管，加劇皮膚發紅
- (五)避免過度清潔及使用肥皂或加香料的浴鹽、泡沫浴等；採用溫和保濕或過敏性肌膚專用的洗劑
- (六)洗澡後，擦上不含有香精、藥性的乳液、乳霜等，使皮膚保持水份，增加耐受性和減少乾癢
- (七)皮膚搔癢感：不要搔抓皮膚，以免抓破皮膚造成細菌感染，亦可使用冷毛巾冷敷患部 10-15 分鐘或輕拍，減輕搔癢感
- (八)儘量少用香水、芳香劑、蚊香、樟腦丸、殺蟲劑等刺激性物質
- (九)若切削水果皮、根莖類蔬菜或榨檸檬汁、橘子汁、番茄汁、馬鈴薯汁時，請戴手套以減少手部皮膚刺激

## 七、參考資料

- 郭馨鎂、吳美鳳 (2020) · 只要富貴命不要富貴手-談接觸性皮膚炎·彰基院訊，37 (5)，24-25。
- 尹裕君、劉芹芳、歐素妃、郭芳里、洪麗真、謝家如 (2020)，皮膚系統疾病之護理，於劉雪娥總校閱，成人內外科護理 (下) (八版 1051-1086 頁)，華杏。
- 李寶琳、張惠敏 (2021) · COVID-19 疫情下之洗手液的選擇與手部保養·感控雜誌，31，172-178。
- 陳惠絹、劉英妹、廖雅惠、白玉珠 (2021) · 皮膚系統疾病與護理·於王桂芸、劉雪娥、馮容芬總校訂，新編內外科護理學下冊 (六版，18-24 頁) · 永大。