

5個月大的林小弟最近這1-2個月來時常臉部癢得睡不著，臉頰及耳朵皆出現紅疹甚至有滲出液，全身皮膚尤其靠近肩膀、手肘、腳踝處特別粗糙，就醫時醫師說這是異位性皮膚炎。6歲大的小美本身有過敏性鼻炎，近來在脖子、手肘窩及膝蓋窩出現合併極度搔癢感之紅疹，尤其天氣一熱就更嚴重，甚至出血及結痂，到醫院就診醫師說這些皮膚濕疹是異位性皮膚炎。

什麼是異位性皮膚炎？異位性皮膚炎是相當常見兒童過敏性皮膚疾病，是一種會反覆發作的皮膚過敏的現象，多在二歲之內即有症狀，大部份五歲內會發病，約有一半會合併出現過敏性鼻炎、氣喘、過敏性結膜炎等症狀。異位性皮膚炎最典型的症狀為皮膚乾燥、反復性搔癢合併濕疹樣皮膚炎或苔癬化皮膚炎，通常患者最直接的感受就是很癢。皮膚濕疹具有典分佈型態：嬰兒期多位於兩頰、耳朵、軀幹及四肢外側；兒童期則多位於許多頸部手肘窩或膝蓋窩等關節處及皮膚皺摺處，常因長期極度搔抓而造成丘疹、結痂或苔癬化病變。病患的血中會發現有免疫球蛋白E(IgE)及嗜伊紅性白血球增高的情形，皮膚異常敏感，外界環境變化如天氣過冷過熱、天候乾燥、接觸清潔劑或汗水等刺激物，吸入或接觸過敏原等皆會使病情惡化。

異位性皮膚炎大部分導因為遺傳性因素，導致皮膚角質層失去正常功能，使得皮膚內水分大量喪失，不易保持水份，合併皮膚**脂質**不足使皮膚變得脆弱，使過敏原及化學物質易穿透皮膚，造成皮膚產生過敏或發炎反應。大部份的異位性皮膚炎患者合併免疫功能過度敏感，使得對於各種吸入性敏原(如塵蹣、動物屑)或食物產生過度反應，而其它來自環境的刺激(如天氣變化、汗水、清潔劑)也會惡化皮膚的過敏性發炎。

由於異位性皮膚炎是慢性反覆性皮膚的發炎反應，因此病情具有反覆發作的特性，若嬰兒期就開始有症狀，皮膚好好壞壞的情況可能會持續到兩歲，有些會延續到小學甚至青春期的，有些人緩解年後又會再有症狀，少部分會延續至成年。

治療

非藥物處置

1. 清潔：適當維持皮膚清潔，勿過度清洗皮膚。可使用過敏肌膚專用的清潔用品，避免使用含皂鹼或香精之清潔劑，洗澡水溫勿過高(38 C 以下為宜)，皮膚極度乾燥者可搭配使用沐浴油。
2. 保濕：沐浴後輕微擦拭皮膚，在皮膚仍潮濕狀態下塗抹保濕產品，以乳霜為佳，建議使用過敏肌膚專用的保濕乳霜。皮膚乾燥時可再隨時塗抹保濕乳霜。
3. 穿著：盡量穿著寬鬆柔軟純棉的衣物，避免使用羊毛或人造纖維等質料，減

少衣物清潔劑殘留。

4. 避免過敏原及刺激物：吸入性過敏原如塵蹣等可能會惡化異位性皮膚炎，避免食用含已知過敏原的食物；減少皮膚接受過冷或過熱的刺激，避免過度流汗及長時間陽光下曝曬。
5. 其他：指甲剪短、避免搔抓、減少情緒緊張及精神壓力。

藥物治療

1. 類固醇：醫師多會開立局部塗抹的類固醇藥膏來治療異位性皮膚炎，許多家長排斥使用致使皮膚狀況惡化，其實類固醇藥膏有強弱之分，在醫師的監控下使用適當強度的類固醇藥膏，是可以避免長期使用類固醇的副作用發生，而且較新一代的類固醇已可大幅降低其副作用。
2. 免疫抑制劑：對於需要長期大面積塗抹強效類固醇的患者，另一個治療上的選擇為局部塗抹免疫抑制劑藥膏，以避免長期大量使用類固醇造成月亮臉、水牛肩及皮膚變薄等副作用，但對於兩歲以下幼兒並不建議使用。
3. 口服抗組織胺：搭配使用抗組織胺可借其鎮定及止癢的作用達到改善病情及生活品質的效果。