

## 關於異位性皮膚炎的六大迷思

劉翊安 文

2018/06/03

根據台灣皮膚科醫學會的資料統計，台灣有超過2百萬個異位性皮膚炎患者，其中以孩童和青少年為多數。異位性皮膚炎典型症狀是皮膚乾燥伴隨嚴重的瘙癢及發紅情形，發病的部位不固定。除了皮膚乾癢，面部、手肘內側、膝蓋後面和手足上會出現皮疹，而病患撓抓皮膚會導致發紅、腫脹、龜裂、組織液流出、結痂、皮膚增厚、蛻皮甚至是潰爛等症狀，粗糙龜裂的皮膚宛如「恐龍皮」，導致患病的孩童和青少年可能會面臨同學排擠、自信心低落的狀況。

隨著空氣污染的問題愈發嚴重，罹患異位性皮膚炎的嬰兒也越來越多，而該疾病只要發病，通常就是十幾年反反覆覆的發作，大眾也漸漸開始注意到這類過敏的疾病，但對疾病本身、治療、日常該注意的事項，還是有不少錯誤的迷思。



異位性皮膚炎發作時，患者不只越抓越癢，也容易抓到破皮發炎。（圖片來源 / [For sinusitis site](#)）

### 迷思一：異位性皮膚炎會傳染嗎？

許多人看到病患猶如「恐龍皮」的肌膚會心生恐懼，亦會擔心接近病患或是沾染

許多人的病態猶如「心能及」的肌膚會心生恐懼。一旦肌膚接觸病態就是怕不  
到病患皮膚發炎時流出的體液，可能也會得異位性皮膚炎，但事實上並不會。

異位性皮膚炎並非傳染病，是受到遺傳或環境影響所帶來的疾病，並不會傳染給他人，縱使病患將傷口抓到破皮、流血流膿，也不會因為和患者有所接觸而被感染。然而，異位性皮膚炎發作時，發病處會越抓越癢，若患者按捺不住身體的搔癢而將皮膚抓到破皮、流血，進一步發炎成類似結痂的「膿痂疹」，則又是另外一回事了。膿痂疹具極高的傳染力，若搔抓病灶後和他人接觸或是和病患使用相同的毛巾衣物都可能被傳染。不過膿痂疹並不等於異位性皮膚炎，單純只是搔抓皮膚後造成的症狀，而這類症狀會傳染，因此，在異位性皮膚炎患者沒有發炎至如此程度時，並不用過於害怕被傳染，更不用擔心和病患接觸就會得到異位性皮膚炎。



知名插畫家織織是異位性皮膚炎患者，她想告訴大眾即使皮膚潰爛，患者們是依然美麗的。（圖片來源 / 賴賴&織織臉書粉絲專頁）

## 迷思二：異位性皮膚炎長大自然就會好？

異位性皮膚炎是一種會反覆發作的疾病，需要長時間的治療、保養，才有機會「控制」病狀，讓發作的週期拉長或是頻率降低，並非放著不管，長大自然就會好轉。大部分的異位性皮膚炎患者的確會隨著年齡的增長，病情有好轉的趨勢，但多數病人是無法完全根治異位性皮膚炎的，即便病情受到控制，依然有許多外部因素會影響該疾病的發作，例如：病患的作息和壓力、季節的轉變、空氣品質等。因此，當家中的嬰兒、孩童或青少年得到異位性皮膚炎，就會是一場長期抗戰，許多人一戰就是十年以上，十分辛苦。

## 迷思三：民俗療法比中西醫有效？

在醫學界，到目前為止還沒有找到能夠完全根除異位性皮膚的藥物或方法。有些

家長看著孩子長期治療都未好轉，或擔心長期使用類固醇藥膏會對孩子有害，會因為心急而想去嘗試正統治療之外的其他治療方式，使用非專業人士所開出的偏方或服用不明的藥物，這樣的行為不但對病情毫無幫助，甚至可能造成病情加劇，道聽途說並非正確的解決之道，相信專業的治療方法才是對病患有所幫助的。

當然，有部分的民俗療法是由專業醫師團隊發展而成，例如日本土佐清水病院的「丹羽療法」，有許多病患證實嘗試該療法後發病的狀況改善許多，Facebook上也有相關的「丹羽療法臉書社團」，社團中有許多病患分享這項療法的經驗，然而，該療法的價格不菲，效果也因人而異，因此，即便在嘗試這類民俗療法之前，建議家屬和病患還是做足功課或是諮詢醫生的意見較有保障。

### 迷思四：使用類固醇藥膏會不會傷身體？

類固醇本身會帶來許多副作用，而目前治療異位性皮膚炎的藥物多半會使用類固醇藥膏。許多家長、病患會擔心擦類固醇藥膏會對身體造成負擔，但其實只要遵從醫生的指示使用，並不會有使用過量而為身體帶來副作用的問題，若因為害怕類固醇去選擇了市面上的保濕乳液來塗抹發炎或乾燥的區塊，或許能夠達到一定程度的保濕效果，但並無法真正治療皮膚的疾病。異位性皮膚炎需要長時間的照護，所以關於平時如何照護皮膚、發病時使用哪類型的類固醇藥膏、何時要使用非類固醇藥膏或是搭配口服藥，這些都需要和醫師配合，才能讓病患在正確的時間給自己的皮膚相對應的照護。



有不同層級的類固醇藥膏供患者使用。(圖片來源 / 藥局大小事)

### 迷思五：飲食會加劇病情的發作？

飲食對於異位性皮膚炎的影響不大，異位性皮膚炎患者並不像其他過敏症狀一樣有食物的禁忌，例如：蕁麻疹病患不能吃太多海鮮、雞蛋、牛奶等會引發過敏的食物，但由於異位性皮膚炎是遺傳或環境影響所引發的疾病，發作的原因多半是季節轉換、空氣污染或是個人壓力過大，因此並不需要擔心飲食這塊。不過，若

病患還帶有其他特殊過敏體質，或是每次吃到某種食物，皮膚炎的症狀就會惡化，還是要避免此類食物。

## 迷思六：病患的心理狀態會影響病狀？

會，病患的心理狀態會影響病狀，異位性皮膚炎的患者處於壓力極大或是焦慮的狀態時，皮膚發炎的狀況會越趨嚴重，因此適當的抒發壓力或情緒，對於病情的控制是有幫助的。然而，許多病況較為嚴重的異位性皮膚炎的患者，若皮膚紅腫、發黑或是潰爛的部位是外人明顯能看見的，多半會予以病患異樣的眼光，有許多病童也會因而倍受排擠，從小就面臨極大的壓力或是對於他人的眼光感到焦慮，除了針對疾病本身的治療，家長也應注意孩童的心理狀態，身體健康固然重要，但心理健康也是影響身體健康的重要因素之一，兩者都應給予同等的關心與重視。

當今異位性皮膚炎的患者越來越多，面臨這樣長時間反覆發作的慢性皮膚疾病，對患者來說是十分辛苦的歷程，上述的迷思破解，除了提供給病患本身或是病患家屬參考，亦希望能讓大眾看到這個疾病所會面臨的問題，進而更加了解異位性皮膚炎。

資料來源：[台灣皮膚科學會異位性皮膚炎衛教手冊](#)、[家有異位性皮膚炎寶寶，有些事你一定得知道](#)、[丹羽療法](#)、[漫談異位性皮膚炎](#)、[異位性皮膚炎的生活照護](#)

□ 回到【過敏之島：異位性皮膚炎】專題



記者 劉翊安



編輯 楊佩臻

