

濕疹

濕疹是很常見的皮膚病，又稱為皮膚炎。它是一種皮膚過敏反應，並不具傳染性。

可能導致濕疹的成因：

- 遺傳
- 致敏原如灰塵、羊毛、花粉、寵物的毛和皮屑
- 食物中的蛋白質如蛋、海產、奶類、牛肉、花生

徵狀

- 皮膚發紅、痕癢
- 皮膚乾燥、脫屑
- 皮膚水腫或有水泡
- 長期不癒，皮膚變得粗厚



常見的濕疹類型

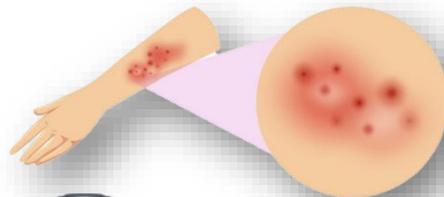
1. 異位性濕疹

2. 接觸性皮炎

3. 脂溢性皮炎

1. 異位性濕疹

異位性濕疹是慢性皮炎的一種，原因不明。大部分患者或其家人均有其他敏感病史，如鼻敏感、哮喘或花粉症等。異位性濕疹並不具傳染性。如病者於嬰兒或兒童時期患上異位性濕疹，到青春期時其病情可能會改善或完全消失。常見患處有：面頰、嘴唇、手腕、肘彎及小腹皺褶。



治療

1. 日常護理

- 洗澡過久、水溫過熱
大力擦拭皮膚
- 避免鋪上地氈、飼養寵物
- 種植含花粉植物、選擇有毛的玩具
- 過度緊張
- 經常擦抓皮膚
- 使用醫生指示的肥皂代用品或潤膚膏，以保持皮膚滋潤
- 家居清潔穿著純棉衣服
- 均衡飲食
- 保持身心舒暢
- 按醫生指示使用止癢藥物
- 安全及適當地使用藥物，定期覆診



2. 口服或外用藥物治療

2. 接觸性皮炎

接觸性皮炎包括刺激性接觸性皮炎及過敏性接觸性皮炎。它是因皮膚長時間並重複地接觸刺激物或致敏原後引致的。這些物質可能原全無害，亦不容易為患者所察覺。

常見刺激物或致敏物

- 工業化學物料
- 洗潔精、清潔劑
- 鎳
- 染髮劑
- 橡膠手套

日常護理

- 找出刺激物或致敏原並避免接觸
- 使用保護性衣物如先帶上棉質手套，然後再穿上膠手套
- 按醫生指示使用外用藥膏
- 經常使用潤膚膏及採用代用皂

3. 脂溢性皮炎

脂溢性皮炎是一種常見的皮膚病，病徵有紅疹及脫屑。常見患處包括頭皮、眼眉、眼蓋、鼻子周圍、耳朵及胸部中央位置。

1. 嬰兒脂溢性皮炎

嬰兒脂溢性皮炎常見於嬰兒出生後數星期。患處包括頭皮、面部及尿布位置，間或出現在軀幹上，呈界限明顯的紅疹、脫屑和細小水疱。大部分患者會於一歲前痊癒。

治療

- 使用溫和的沐浴露及洗頭水
- 經常塗抹潤膚膏及按醫生指示在患處使用溫和類固醇藥膏
- 洗頭前用橄欖油或礦物油按摩頭皮，可以幫助軟化皮屑，使其容易被洗掉



2. 成年脂溢性皮炎

成人脂溢性皮炎可能與在皮膚表面生長的酵母菌有關。常見患處包括頭皮、面部及軀幹位置。脂溢性皮炎並不具傳染性。它是一種長期及復發性的皮炎，並會在身體不適或受到精神壓力時加劇。

治療

- 醫生會按情況處方洗頭水或外用藥物
- 患者應避免搔抓患處
- 當脂溢性皮炎出現在頭皮上，應避免使用噴髮劑及頭蠟

