

刺激性接觸性皮膚炎

刺激性接觸性皮膚炎是濕疹的一種，成因通常是皮膚直接接觸外界刺激物引起。患處會出現皮疹、水疱、表皮乾裂、皮膚感到瘙癢、疼痛或觸痛。它可以影響身體的任何部位，較常見於手部，俗稱「主婦手」。



成因

- 皮膚經常濕水及長時間接觸具刺激性的物質引致。一般家務用的清潔劑，如洗潔精、漂白劑等，都是導致皮膚受刺激的源頭。
- 某些職業如清潔工人、廚師、護士、理髮師、從事金屬或化學製品行業的人士，需長時間接觸酸鹼性強度高的物質，使皮膚表層易受化學物質傷害，加上工作時容易造成皮膚表面破損，令皮膚更易受到刺激物質影響，產生炎症。
- 常見的刺激物包括：
 - 酸性或鹼性化學品，包括肥皂、清潔劑
 - 衣物處理化學品，如衣物柔順劑、溶劑
 - 防腐劑、抗菌劑、消毒劑
 - 香水、化妝品、染髮劑
 - 水泥、粉末、灰塵和泥土
 - 除草劑、殺蟲劑
 - 粘合劑、金屬加工液
 - 橡膠手套



徵狀

- 初期，受影響的皮膚會發紅、痕癢、腫脹、呈現小水疱和潰瘍。
- 慢慢地患處會變得乾燥、並出現脫皮、角化、龜裂及裂口流血的情況，影響日常生活及工作。
- 若傷口受感染，更會引致傷口流膿及發燒等徵狀。

治療

最重要是盡量避免接觸刺激物。此外，醫生會按個別情況處方藥物，例如：

- 外用類固醇乳膏或軟膏。有助於緩解皮疹徵狀。
- 口服藥物。處方口服皮質類固醇減輕炎症、使用抗組胺藥來緩解痕癢或使用抗生素來對抗細菌感染。

護理及預防

- 選用化學品時，應細閱化學品標籤，選用一些不會或較少刺激皮膚或使皮膚敏感的產品。
- 使用化學品時，應跟據產品說明書的建議，採取適當的預防措施。
- 避免直接接觸刺激物，如接觸到刺激物應立即清洗，並徹底抹乾，然後塗抹潤膚膏以保護皮膚。
- 穿戴合適的個人防護裝備，以防止在家或工作環境中接觸到刺激物。例如，工作時手部經常接觸刺激物、化學品或經常濕水，可戴上棉紗手套，再穿膠手套以保護雙手。
- 剪短指甲，減少抓傷皮膚的機會。
- 注意日常皮膚護理。輕輕清洗皮膚並抹乾，再塗上潤膚膏滋潤皮膚。
- 注意個人衛生，常保持皮膚清潔乾爽。
- 情況嚴重的患者必須定期到診所覆診，並依照醫生指示用藥。