

玫瑰痤瘡

什麼是玫瑰痤瘡？

「玫瑰痤瘡」或稱「酒渣鼻」是發生於面部中央位置的一種慢性炎症性皮膚病。可能與臉部微絲血管過份活躍有關。此病症多見於成年及中年女性。而以鼻部腺體纖維血管增生的類型(酒渣鼻)於男性較為常見。



成因

玫瑰痤瘡的確實成因不明，可包括先天遺傳及後天的環境因素。最常見的誘發因素有：

- 飲食習慣，如飲用熱飲、酒精和含咖啡因的飲品(如茶或咖啡)、進食辛辣刺激性食品等；
- 精神緊張、壓力過大；
- 陽光的照射、炎熱的環境；
- 玫瑰痤瘡患者的皮膚一般較容易敏感，使用不合適或新的護膚品和化妝品會使皮膚受刺激，令病情變得不穩定；
- 面部長期受炎症影響(如異位性皮膚炎或接觸性皮炎)或長期使用類固醇藥膏的患者，亦有機會誘發玫瑰痤瘡。

徵狀

臉部隨溫度轉變引致發熱和潮紅。初期屬陣發性，後期會持續出現紅斑，毛細血管擴張，以及有炎症丘疹及膿腫。最後，鼻尖因皮膚組織及皮脂腺增生和不規則而變得肥大。

治療

- 日常護理
 - 放鬆心情，注意控制情緒；
 - 需避免一些會引致面部皮膚發熱的情況，例如日照、進行劇烈運動、進食辛辣食物、飲用含酒精或含咖啡因的飲品及熱飲等；
 - 外出時要先塗上防曬用品；
 - 避免使用乾燥劑、樟腦、薄荷醇、防水化妝品、含有磨砂成份的護膚品或含有十二烷基硫酸鈉(sodium lauryl sulphate)的產品；
 - 避免使用熱水洗臉、沐浴。
- 藥物治療
 - 外用或口服抗生素；
 - 較為嚴重的情況下可能須要服用較長時間的抗生素；
 - 在最嚴重的情況下可能須要使用高劑量口服類固醇或再加上口服異維A酸(Retinoid)作為治療；
 - 避免使用含類固醇的藥膏，因為長期使用可令病情持續及惡化。
- 手術治療

保護你的皮膚

- 皮膚護理

- 選用性質溫和及不含香料的護膚品；
- 皮膚乾燥要塗潤膚油/膏，以保持皮膚滋潤；
- 接觸刺激物、化學物品或做洗濯工作時應戴上防水手套。

- 避免暴曬

適量的陽光照射讓皮膚產生足夠的維他命 D 供身體日常所需。但暴曬會使皮膚受損及衰老，因此在戶外活動時，應採取有效保護皮膚的措施，如塗防曬用品、戴帽等。

資料來源：衛生署 衛生防護中心

最後更新日期：2024 年 1 月 11 日