

異位性皮膚炎(Atopic dermatitis)

你的小孩得了異位性皮膚炎嗎??

臺灣皮膚科醫學會提供

認識異位性皮膚炎

異位性皮膚炎是一種過敏性的皮膚炎，患者通常在新生兒或幼兒期便會發生皮膚變化，根據統計 50%的患者在一歲前便會有皮膚的症狀，而這種皮膚病的患者約有 80%會逐漸合併有氣喘、過敏性鼻炎、結膜炎，等其他過敏症狀及血液中 IgE 較高的體質，而家族的其他成員也常有類似過敏的疾病。

異位性皮膚炎的皮膚症狀

異位性皮膚炎最大的症狀就是「癢」和「皮膚敏感」，這種癢尤其在傍晚到晚上會更加嚴重。由於癢忍難，患童開始搔抓而破皮、出血甚至導致細菌感染。

皮膚的症狀則可依發作的時間、年齡而有所差別；在新生兒時期發作時通常屬於急性期的皮膚症狀也就是會有紅色丘疹、抓搔、破皮、水泡甚至有許多分泌物的現象。疹子主要分布在頭、頸部或四肢伸側處。等到年紀較大後，會呈現較多慢性的皮膚症狀如很明顯一條一條粗糙的皮膚紋路或黑色素的沉澱，而這時則主要分布在四肢彎曲及身體皺折處。

50%患者到了二歲以前可逐漸減輕，而絕大部分到了青春期會幾乎痊癒只留下容易發癢及過敏的症狀。

如何照顧一個異位性皮膚炎的小朋友

日常生活需要注意的六大事項

異位性皮膚炎的患童極易發癢及產生皮膚癢疹，因此日常生活最重要的便是預防癢感及產生過度皮膚敏感：

一、一、溫度、季節

熱、溫度變化大或出汗都會加重癢感，因此在夏天儘量避免日曬或劇烈運動，且應待在有冷氣空調的室內。到了秋冬之際溫度下降會造成皮膚乾燥，加重皮膚乾癢的感覺，必須多塗以保濕乳液或凡士林。一般而言溫暖、乾燥且溫度變異不要太大的地方對他們而言是比較有幫助的。

二、二、沐浴、清潔

用太熱的水或鹼性肥皂清潔身體都極易使身體變得太乾燥而更加容易發癢，洗澡時可在澡盆內加入一些沐浴油或特別適合異位性皮膚炎專用的肥皂以減少清潔時皮膚的水分散失。

三、三、環境

在較髒的環境下容易刺激發癢，尤其對於灰塵或塵？過多的物品，如羽毛、棉花枕頭，尼絨、羊毛或寵物的毛、或地毯製品都應儘量避免接觸。

四、四、衣物

儘量穿著柔軟、舒適、不緊密的衣服，布料上則應避免毛料而多選擇棉質布料。

五、五、感染

異位性皮膚炎的皮膚，由於經常搔抓出傷口所以易受到細菌或病毒（如，單純疱疹等）感染，相對的這些感染亦會加重異位性皮膚炎的病情，因此一旦產生傷口必須特別小心處理以避免嚴重性的感染。

六、六、飲食

目前並無醫學證實哪一種食物會使病情惡化，但如果病童吃了某種食物會使病情加重時則應儘量避免。若病情難控制，嘗試避免以下食物？？，包括：牛奶、蛋、海鮮、花生，看看是否有改善。

如何治療異位性皮膚炎

如果日常生活的細心照顧預防都無法真正控制病情，便應該接受皮膚科醫師

的治療，異位性皮膚炎的病童在青春期緩和時之前一定會起伏不定，應該選擇一位固定的皮膚科醫師讓醫生熟悉患者的病情並做長期的追蹤治療。

一、一、口服藥的治療

「止癢」是第一要素，對於異位性皮膚炎而言口服抗組織胺即可達到相當好的止癢效果。病童在病情惡化時如果可以按時吃藥大都可達到良好的控制，若同時有細菌感染時就必須加上口服抗生素。

二、二、外用藥膏的治療

當異位性皮膚炎發作時，必須以副腎腺皮質素的藥膏來擦拭皮膚才能達到較好的控制，但須注意的是病童可能需要長時間的藥膏擦拭而身體各部位的吸收力不同，自然所需藥的強度也就不同，切莫自行買藥而長時間亂擦藥以免產生副作用。

三、三、情緒的控制

異位性皮膚炎的病童，因為長期的發癢及全身性皮膚疹子所造成美觀上衝擊。常會讓病童在心理上呈現急燥不安、或較為自卑的人格發展而焦慮不安的心情更易讓癢感增加、病情加重。所以家人應該付出較多的耐心與關心以陪伴病童度過這段發病期，並儘量發展其他興趣以分散注意力。

四、四、頑固的異位性皮膚炎

對於少數非常嚴重而無法控制的病童則需接受更進一步的治療，如：紫外線光療法、化學製劑療法：如 Cyclosporine / FK-506, Interferon 等。