

脂漏性皮膚炎

脂漏性皮膚炎是一種常見而慢性的皮膚濕疹性疾病。

脂漏性皮膚炎是一種什麼樣的皮膚病？-- 疾病的概念及診斷

脂漏性皮膚炎是一種原因不明的濕疹性皮膚疾病，容易發生於富含皮脂腺地區如頭皮、鼻側、眉毛、眼皮、耳後、胸部正中央部位，有時腋下及陰部也可能出現皮疹。皮疹的特徵是皮膚發紅及出現黃色調鱗屑，有時出現黃褐色較厚的結痂及濕潤的傾向，並不一定會合併癢感。此病通常發生於嬰兒期及 30-60 歲之中年人。

頭皮屑、脂漏及脂漏性皮膚炎

頭皮屑是指頭部出現鱗屑但不合併發紅，脂漏是指皮膚油膩之狀態,但不會有紅及鱗屑，主要出現於頭及顏面，有明顯脂漏者，較容易發生脂漏性皮膚炎，而脂漏性皮膚炎則合併發紅及鱗屑。

脂漏性皮膚炎是否會合併其它疾病

有神經系統疾病如帕金森氏症較易合併脂漏性皮膚炎，另外住院，開刀或在療養院之老人較易發生脂漏性皮膚炎，而免疫機能不全者亦較易發生此病。

脂漏性皮膚炎的預後如何？

此症預後良好，治療反應佳，但常易再復發，因此有時需長時間的治療。

是否有檢查方法來診斷此病？

就大多數患者而言，皮膚科專門醫師可依臨床症狀來確定此病，一般不需血液、尿液或過敏檢驗，但在慢性脂漏性皮膚炎，有可能和慢性濕疹、乾癬或接觸性皮膚炎不易分辨，此時病理切片檢查及實驗室檢查，就有其必要性。

治療

脂漏性皮膚炎的治療以局部使用副腎皮質賀爾蒙，如 1% 皮質醇霜或軟膏及硫磺或焦油製劑為主。頭皮方面則用含焦油的洗髮精治療。洗髮時則應倒足夠份量含焦油洗髮精於頭髮上並搓揉成泡沫，不要太早用水沖掉，應讓洗髮精多停留五分鐘後再洗淨。通常每星期二，三次就夠了，必要時可每天洗頭，如果含焦油的洗髮精效果不好時可以用含硫磺，乙醯酸或硫化硒的洗髮精代替。一般治療效果良好，但由於症狀可能再發，可能需要反覆治療。應避免用較強的副腎皮質賀爾蒙以防止長期使用所發生的副作用。

日常生活注意事項

一、一、食物、嗜好品

酒及辛辣味要避免

二、二、入浴

可用抗頭皮屑洗髮精洗髮，嚴重時需用藥用洗髮精，應至皮膚專科醫師處看診，另外要選擇低刺激性清潔用品清洗患部之皮屑及污垢，再塗抹適當之保濕用品，以保護皮膚。

三、三、運動

無限制

四、四、社會生活

規律的生活，充足的睡眠，除去壓力、焦慮不安及不穩定的情緒。

五、五、誘因、惡化因子的避免

壓力、不規律生活習慣為重要的惡化因子。

轉載自皮膚科醫學會衛教單元