

異位性皮膚炎護理指導

一、病因：

不詳，最常被認為導因為過敏或是免疫學異常，有過敏體質家族史（過敏性鼻炎、氣喘、過敏性結膜炎）

二、症狀及徵象：

症狀以癢及皮膚乾燥為主，其病灶分佈及型態則視年齡而改變：

(1) 孩童型：病灶分佈較廣，多集中於手肘及膝關節屈側（關節窩）、脖子手腕等處，皮膚因長期搔抓而出現苔癬化，以溼疹性皮膚炎表現為主。

(2) 成人型：約有 5%~10% 的病人會延續到二十歲，其病灶與孩童型類似，但主要以慢性溼疹表現為主。局部皮膚苔癬化更明顯，變厚變粗均非少見，膚色也較深。

(3) 常見檢查及檢驗：血液檢查及尿液、糞便檢查

(4) 治療及處置：

1. 第一線治療

- A. 保濕、潤滑：凡士林, Urea。洗完澡馬上用最佳【此時水分停留在皮膚上最多】
- B. 局部類固醇：急性期，藥膏塗抹在患部【發炎部分佔體表面積較少時】
- C. 抗組織胺藥物：口服及止癢藥膏【搔癢情形較嚴重時】
- D. 抗生素膏：預防、控制感染【當皮膚出現破損時易被感染】
- E. 局部塗抹免疫調節劑藥膏：嚴重且全身性的發炎【且上述方法效果不明顯，發炎部分佔體表面積較多】

2. 第二線治療

- A. 紫外線照光治療
- B. 口服或注射類固醇

(5) 護理重點及指導：

1. 飲食控制

A. 成人少吃牛奶、蛋、海鮮，醃的、燻的、罐頭食物和人工色素的果汁、糖果，竹筍、香菇等，嬰幼兒則除非已知對特定食物過敏，則無飲食限制，以均衡飲食最佳

2. 良好的睡眠，保持心情開朗

3. 避免接觸灰塵、塵蟎

4. 穿全棉衣物，寬鬆衣物，避免粗纖維的衣物

5. 洗澡時避免過清潔及過熱，勿洗過久

6. 用於皮膚之物品盡量不要含酒精、香精等

7. 洗完澡，稍微擦乾身體後，使用保濕、潤滑劑，一天至少使用一到兩次。

8. 抑制搔癢：剪指甲(手指甲剪圓)，一癢就先用不含類固醇止癢藥膏。

祝您健康平安！