

108年8月份衛生保健教育宣導專欄—淺談汗皰疹

資料來源:衛生福利部藥物食品管理署第687期藥物食品週報

汗皰疹是一種慢性濕疹的皮膚炎，主要好發位置在手掌、腳掌，以及手指、腳趾的邊緣處，有時甚至會在皮下長出一顆顆凸起的小水泡，讓人搔癢難耐。假如有汗皰疹困擾，究竟該注意哪些事呢？

食品藥物管理署（下稱食藥署）邀請皮膚科趙昭明醫師為大家解惑，趙昭明提醒，**汗皰疹千萬不能抓！**倘若一癢就忍不住狂抓，直到破皮疼痛才停止，很容易因為反覆感染，使得症狀蔓延到其他部位，最後產生蜂窩性組織炎。汗皰疹雖然名稱裡有「汗」，不過它與汗腺一點關係也沒有，而是皮膚的發炎反應，與人體皮膚免疫功能失調有關，誘發原因主要可分為內在與外在因素。

內在因素包括在溫差大、季節交替時，過敏體質者特別容易犯，尤其是春夏交替之際，更容易急性發作。此外，若是熬夜、睡眠不足、壓力大造成免疫力失調，或是接觸刺激性的物質，如清潔劑等都可能誘發汗皰疹。而外在因素則因人而異，有些患者是美髮師、美甲師，容易因為接觸含鎳的成份而誘發汗皰疹；也有患者從事水泥工作，因為水泥含有鉻而誘發過敏。一般而言，汗皰疹症狀包括發炎、水泡或丘疹，當水泡破掉後，發炎部位就會開始脫皮，使得皮膚出現乾裂，約1~2週才會消退。更棘手的是，即使已經使用藥物或外用藥膏治療，仍有可能復發。汗皰疹大多長在手上，約2成患者會長在腳上。假如症狀出現在足部，通常會是在腳掌、腳趾邊緣及腳掌中後端到腳跟周圍，較少長在腳趾縫間；如果水泡不是長在以上部位，而是長在趾縫間，比較可能是香港腳引起。

假如民眾明明罹患香港腳，卻誤擦了汗皰疹藥膏，起初可能有效，但後來狀況反而會惡化，因此，建議民眾應該立刻就醫，交由醫生判斷，比較安全，不要自行買藥亂擦。治療汗皰疹約需1至2週，口服藥物有類固醇、抗組織胺等；在局部使用類固醇外用藥膏，可減少搔癢感並控制病情。若在急性期階段，可短期口服類固醇藥物，而輕微者靠外用類固醇藥膏。若症狀稍嚴重，可能在幾個月內又復發，嚴重時可能需要口服藥物治療。建議好發族群平時應避免接觸刺激性物品，或戴雙層手套並避免搔抓患部，以免造成病情惡化。