

腎友皮膚搔癢該怎麼辦

尿毒症或洗腎者：幾乎所有尿毒症患者都會經歷癢的病程，症狀常從局部演變至全身。病人的皮膚常呈現褐黃色，乾燥，無光澤，若有搔癢的情形，還常可以見到抓癢的痕跡，嚴重甚至可以見到粉末狀的沈積物，稱為尿毒霜 (uremic frost)，這些沈積物長期累積下來很容易導致汗腺的萎縮與破壞，漸漸的病患的排汗系統也會變差，結果惡性循環，導致皮膚更癢。

(一)搔癢症發生的原因：

1. 血鈣與血磷的乘積過高，大於 55。
2. 血液副甲狀腺素過高，超過 300pg/ml。
3. 透析不足，尿霜沉積在皮膚表面。
4. 血糖高。
5. 皮脂腺或汗腺萎縮導致皮膚乾躁。

(二)搔癢症發生的部位：

皮膚搔癢症通常發生於全身，但偶爾好發於背部、下肢或上肢、透析瘻管肢體，更是病人常主訴搔癢的地方，其原因可能與經常清洗、以酒精及優碘進行消毒，敷貼膠布，及高血流量造成該肢體溫度較高有關。

(三)搔癢症發生的時間：

搔癢症有時是偶發的，但通常是持續性的。夏天舒緩，冬天加劇，這與天冷出汗少，衣著厚重(特別是棉製類)有關。夜間被暖亦常令患者徹夜難眠，症狀輕者還可用藥物控制，嚴重者甚至會影響其睡眠、工作及情緒變化。

(四)日常照護方法

1. 剪短指甲並保持乾淨，預防抓癢引起的併發症，保持皮膚的完整性，避免有抓破皮的情形。
2. 假如有傷口時，教導保持傷口的清潔。
3. 建議病患不要用太熱的水沐浴，避免用肥皂，最好用中性或偏酸性的沐浴



乳。

4. 建議沐浴後塗抹保濕的潤膚乳如：保濕性佳親水性的乳液。
5. 選擇不刺激皮膚的衣物，避免毛織品、合成纖維物。
6. 維持足夠的透析時間。
7. 維持血中鈣磷之平衡，預防副甲狀腺功能亢進，控制血糖。
8. 飲食治療：預防致癢物質過度沉積，應採**低磷飲食**，避免刺激血管擴張飲食（如：咖啡、酒、辛辣食物）。



9. 症狀無法改善時，應告知醫護人員，必要時，依醫師處方服用抗阻織胺藥物或塗抹抗過敏藥物來改善皮膚搔癢。
10. 如搔癢症經處置後，症狀仍無法改善，建議皮膚科門診求治，以紫外光療法治療，可改善皮膚搔癢問題。

✧ 另外因為血小板功能較差，且透析時常需使用抗凝劑，皮膚亦可見淤血斑點或斑塊，而且容易抓破流血難止，此時可避免使用抗凝劑，以預防出血的徵狀。