

## 衛教文章

---

### 惱人的皮膚病－癬

「醫生，我長癬了嗎？」很多皮膚科患者一進診間就會問醫師這句話。

到底什麼是癬呢？臺北市立聯合醫院陽明院區皮膚科主治醫師李麗容解釋，所謂的癬是指皮膚受到黴菌感染，統稱為癬，由感染部位不同，又可分為頭癬、體癬、股癬、手癬、足癬等。

李麗容說，臺灣位於亞熱帶，氣候悶熱潮濕，是黴菌孳生的絕佳環境，因此各種奇癢難耐的「癬」，常成為最惱人的皮膚病。她進一步說明如下：

#### 一、足癬：

俗稱香港腳，又稱腳氣，是因為黴菌在皮膚角質層寄生所引起，香港腳有許多不同的臨床表現：

(一)糜爛型：是最常見的，患部足趾縫間脫皮糜爛，常會併有厲害的搔癢和灼熱感。

(二)水泡型：脫屑性紅斑合併水泡，水泡主要分布於足底弓部，通常相當癢。

(三)角化型：整個足底角化脫皮，這類型的足癬通常不會有搔癢症狀，所以有些患者會認為自己的足底只是乾燥脫皮而已，忽略了可能患有香港腳，這類型足癬冬季常因過度角化皸裂而疼痛。

李麗容表示，香港腳如果不做適當治療，常會引起蜂窩性組織炎，也就是細菌從糜爛的足趾間、破掉的水泡、皸裂傷口侵入皮膚，造成足背、小腿紅、腫、熱、痛，甚至合併發燒，這時就必須以抗生素治療。

香港腳另一個常見合併症就是甲癬，俗稱灰趾甲，也就是趾甲受到黴菌感染，呈現黃色混濁、增厚變化或變得易粉碎。

#### 二、手癬：

通常只侵犯一手，常因抓香港腳又不洗手而引起，可於手掌出現邊緣稍明顯的脫屑，或於手背出現邊緣稍明顯的紅斑。

#### 三、股癬、體癬：

如同足癬一般亦由皮膚黴菌引起，只是發生部位不同。股癬臨床症狀是位於鼠蹊部、大腿內側或臀部，有隆起性、脫屑性紅斑，界線清楚，伴隨搔癢；體癬是位於軀幹的癢性脫屑性環狀紅斑，氣候悶熱、潮濕時，體癬容易蔓延擴散，常被誤診為溼疹而使用類固醇藥膏，造成體癬、股癬惡化。

#### 四、汗斑：

亦由皮膚黴菌所引起。在氣候悶熱、潮濕時，以年輕人、流汗較多者較常罹患，故俗稱汗斑。主要分佈於胸背部，呈分散性棕色、白色混雜的橢圓型斑，所以又稱為花斑癬，因為患處顏色會改變，所以也稱為變色性糠疹，表面有輕度屑狀，大都不覺得癢，有時併有癢感。

#### 五、甲癬：

俗稱灰指甲，也就是指趾甲受到黴菌感染。

(一)症狀：通常是自指甲游離端開始有白或黃褐色或黑色小班，病變向指甲下緣延伸，甲身逐漸變混濁、變厚。

(二)治療方法：

1.外用：可用水劑或膏狀抗黴菌劑點或塗抹患部。

2.內服：口服抗黴菌劑，需肝腎功能正常者才可服用。口服抗黴菌劑所需之治療時間，手指甲需6週，足趾甲需12周。

(三)預防：甲癬會逐漸傳染蔓延，剪指甲時，好的指甲用一把指甲刀，壞的指甲用另一把指甲刀，避免傳染。甲癬大都合併手癬、足癬。

手癬、足癬的黴菌侵犯指甲就變成灰指甲。要避免灰指甲，先把手癬、足癬治療好。

許多人認為癬不容易治療，事實上是治療及預防措施不當，才會有這種錯誤的觀念產生。李麗容提出以下幾點必須注意的事項供大家參考：

- (一)盡量保持身體通風及乾燥。
- (二)衣物避免穿緊身不透氣的穿著。
- (三)鞋子最好穿涼鞋，長筒密封的皮鞋最不適宜。
- (四)準備二、三雙鞋子，可每天輪流更換。
- (五)穿純綿、吸汗的襪子，每天勤換洗。

李麗容強調，治療黴菌感染一定要有耐心，要遵照醫師指示擦藥，醫師會依不同情況給予不同塗擦劑，遇到頑固病情還需給予口服藥，她特別提醒大家，大部分病人至病情好轉就不再治療，事實上，皮膚表面仍有黴菌寄生，完整而徹底的治療應該是皮膚疹子完全消退後再繼續治療二、三週，以免黴菌沒有完全殺滅，很快又再度復發。