

佛教大林慈濟綜合醫院

門診衛教記錄表

一、主辦單位：過敏免疫風濕中心

二、衛教主題：打破乾癬的迷思

三、衛教日期：98年09月11日

四、衛教時間：9:30 ~ 10:00

五、主講者/記錄者：李璟芳護理師/陳秀蓉

內 容 摘 要

何謂乾癬？

乾癬是皮膚的一種慢性疾病並不會傳染，但會反覆發作，尤其季節交換時更容易產生，具有特色而一般由臨床上即容易診斷。典型的皮膚表現為紅斑（erythema）及脫屑（scaling）分別代表血管擴張及表皮被侵犯的反應，又稱為銀屑病。



乾癬成因？

乾癬成因不明，除了遺傳因素外，其他環境因素可誘發影響，如溶血性鏈球菌感染、藥物反應等，大部份病人通常二十歲後才發病，二十歲前發生也有但比較少。

- 遺傳：

雙親中有一人患有乾癬時，子女出現此病的機率為 8.1%。當雙親二人都有乾

癬時，子女的患病率增為 41%。乾癬病人的基因型中以 HLA-Cw6 最確定相

關。

- 外傷：

許多形式的傷害會促進乾癬在受傷處生成。日曬雖然一般對乾癬有益，但

過度曝曬到曬傷，也可能反而使乾癬惡化。

病徵

皮膚呈紅色斑塊，界限明顯，表面粗糙而且覆蓋了一層層銀白色的鱗屑，最容易發病的位置是頭皮、手肘、膝蓋及背部。嚴重時可生滿全身（紅色的，白色脫屑），如：手掌、腳掌、皮膚長久而加厚爆裂或長膿胞、頭皮發炎、指甲凹陷、離甲、甚至影響生殖器官。

乾癬臨床型態

- 慢性斑塊型乾癬：

最常見的表現，它可出現在身體皮膚的任何部位，發生的時間不一定，且可維持數個月甚至數年。大部份病灶消退時皆留下褐色或紅色色素

斑。

- 雨滴型乾癬：

為小點狀脫屑丘疹，通常小於一公分，且迅速出現，多以軀幹及四肢為主。大部分的患者於皮疹出現前1至2週曾患有鏈球菌或病毒性上呼吸道感染。

- 全身性膿胞型乾癬：鏈球菌

很少見，但一旦發生皆為嚴重且少部分可能致命這些紅斑上很快的出現細小的小膿胞（無菌性），這些膿胞溶合形成一片膿胞，且易破。患者呈現發燒及白血球過多症，且於皮膚外表感覺疼痛或全身不適。此型的乾癬易復發，且愈後不好。

- 乾癬性紅皮症：

為一嚴重型乾癬，大部分患者皆為帶有慢性疾病，治療上宜避免太刺激的製劑及紫外線治療。

- 局部型膿胞乾癬：

首先出現在手指的中間一段及腳底前端。手掌及腳底之皮膚很厚，膿胞不易破，其過程通常為慢性，可能維持數年之久。

- 屈側型乾癬：

好發在臀溝處、腋下、腹股溝、女性房乳下方、耳後及男性的龜頭。部

位

常會出現剝裂現象，尤其是腹股溝，臀溝及耳後。

- 乾癬侵犯指（趾）甲：

指（趾）甲的變化常常可幫助診斷，尤其是其皮膚表徵不典型或尚未出

現皮膚病灶。指（趾）甲之變化可包括：凹洞、甲床分離、變形及油滴狀變化等。

- 乾癬性關節炎：

一部分的病人也會併發關節炎，在乾癬患者中約佔 5~7%。關節炎的變化包括對稱及不對稱關節炎及脊椎關節炎。

治療及處置

一、外用療法：大部分的作用在於減緩皮膚炎症反應。

- 外用維生素 D 及衍生物：

目前國內有 Daivonex 商品名「得膚寧」及 calcipotriol 商品名「施革欣」兩類。

它的作用主要是抑制角質細胞增生並促進其分化，並有抗發炎的作用。

- 焦煤油及紫外線：

一般先在 2 小時前塗抹焦煤油，然後再曝曬紫外線，尤其是波長在 290-320nm 之短波紫外線（UVB）。對頭皮上之乾癬，宜使用含焦煤之洗髮或加上短波紫外線照射，效果不錯。

- 外用類固醇軟膏：

在不太嚴重的病例，使用外用類固醇軟膏可以很快的抑制病情，但這些作用皆為短暫的。大部分的作用在於減緩皮膚炎症反應。

- 保濕劑：

使用保濕劑可避免皮膚乾癢，預防提早復發和延長不須治療的時間。

二、全身治療：

- methotrexate (MTX)：

MTX 劑量一般為每週口服 7.5-15 mg。肝毒性是最受關心的副作用，有肝病和酗酒者不適此療法。

- 環孢黴素 (Cyclosporine)：

是一種免疫抑制劑，要用於其他治療無效及紅皮症患者。主要副作用是高血壓、高血脂、多毛症、牙齦增生。因此一旦獲臨床改善，應減到最低

有效劑量，並予以停藥。治療中病人應定期追蹤血壓及腎功能。

- 全身性類固醇：

此治療嚴格限制於少數難治的病人，特別是孕婦。雖然都能得到暫時的改善，但幾乎停藥或減藥都會伴隨比治療前更糟的嚴重復發。

- 生物製劑：

生物製劑主要是指具有藥理作用的蛋白質製劑，由生物體所製造產生。但國內目前僅有 adalimumab (Humira 復邁)、腫瘤壞死因子受體融合蛋白

etanercept (Enbrel 恩博)上市。但價格昂貴，健保均須事前申請，因一般口服、外用藥效果不佳醫師才會建議用生物製劑治療。

病患的日常保健

- 避免感染
- 避免藥物濫用
- 避免外傷
- 避免長期暴露在低濕、低溫的工作或居住環境
- 保持情緒平穩，睡眠充足避免過勞熬夜，作息不正常較容易復發。
- 避免服用市售抗癌的免疫增強食品，如靈芝、巴西磨菇、藍藻(螺旋藻)、薑黃等，容易誘發過敏因子造成反作用，讓皮膚變差，若要服用一定要跟醫師商量。

謝謝 聆聽！