

濕疹之"心病還需心藥醫"

韓錦倫教授

香港過敏科醫學會代表

濕疹，或稱為過敏性濕疹。濕疹的特徵，包括皮膚乾燥瘙癢，特別是肘前或者褶位，通常有家人或個人過敏史。

過敏性濕疹是一種慢性復發性疾病，患有濕疹的人，皮膚欠缺了一種油脂性保護物，令皮膚較易流失水分，因此天氣乾燥時，一定要用潤膚品保濕，不過最好選擇不含添加劑、成藥、香料和顏料的潤膚用品，若適合，就可以持續使用，不用經常轉換牌子。主要的問題是 non-adherence (不使用的)，excuse (藉口)，而不是哪個品牌。

要明白，濕疹是不能「立刻治癒」的疾病，但會隨着孩子長大而有所改善。一般在急性發作時，使用類固醇是非常有用的藥物，經醫生處方的皮質類固醇是非常安全的類固醇藥物，但家長反而要注意的是，坊間那些沒有醫生處方的「另類療法」藥物，可能含有非常強力的類固醇，是極不安全的。也有不少聲稱安全，可以「固本培元」的藥物，內裏也可能含有類固醇，家長若胡亂使用，自己濫用了類固醇也懵然不知，可能會弄巧反拙。

濕疹的發病原因通常不會單一出現，而是由內外因素互相誘發所致。外在因素包括氣候轉變、皮膚接觸到刺激性或致敏性物質，如過敏原，天氣變化，溫度、濕度、香水、清潔劑、動物毛髮、塵埃等；內在因素包括受損的皮膚屏障功能，壓力，或對某些食物、成藥、補品引起的敏感反應，都可能令身體的免疫系統產生反應，導致病發。濕疹不是因為"身體弱"，而是，不適當強烈的免疫反應。

濕疹也是一種壓力、心理病，處理的主要問題是 fallacies(謬誤) 和 denial (否定疾病)，所謂"心病還需心藥醫"，西醫談處理 (therapeutics)，中醫論調理 (immunomodulation)，家長講斷尾 (cure)，各說各法，因此療效並不好，holistic approach 全方位綜合支援的方式才會成功。

濕疹絕對有得醫，但正如傷風感冒，醫好了，都有可能復發，因此我們不應存有即時「斷尾」的觀念。