



小兒濕疹

令兒童焦慮 家長不安

小兒濕疹常會導致兒童不安、焦慮、尷尬、自我形象低落及缺乏自信。根據香港大學最新一項研究小兒濕疹對學童成長心理影響的調查顯示，95%家長表示其個人情緒亦受到影響，66%人為照顧孩子而減少睡眠時間。其實，小兒濕疹是一種極為普遍的疾病，本港兒童通常在2歲以下開始發病。



陳衍里醫生
香港大學醫學院
皮膚科主任及
內科學系副教授

小兒濕疹有甚麼徵狀？

小兒濕疹患者經常會出現以下徵狀：

- 皮膚非常乾燥及痕癢。
- 皮膚起紅斑或鱗，有時會變得粗糙、角化及增厚。
- 嚴重患者，皮膚會出水、抓癢時容易流血。

小兒濕疹影響身體哪些部位？

小兒濕疹影響的範圍會隨著年齡而改變：

- 嬰兒或幼兒的發病部位通常在面頰、手肘及膝蓋。
- 兒童的發病部位通常在內膝、內肘、頸部、手腕、足踝及雙手。
- 成年人的發病部位通常在雙臂、雙腳、雙手及頸部；也可能在其他部位。

小兒濕疹對患者及其家人的影響

小兒濕疹容易導致兒童不安、焦慮、尷尬、自我形象低落及缺乏自信。小兒濕疹帶來的不適感，可能會導致睡眠失調，如難以入睡、半夜睡醒等；活動能力下降，包括體育活動、學習表

現和社交能力。對於嬰兒來說，他們會經常痕癢，以至長時間抓癢，因而出現情緒轉變及睡眠困擾等，可能導致這些學前兒童過度依賴、害羞及恐懼。

香港大學醫學院的研究結果顯示，逾70%其孩子患上濕疹的家長，認為孩子的疾病影響他們的生活，當中95%表示個人情緒受到影響。其餘受影響的範圍包括家庭生活(81%)、家庭經濟(71%)和社交生活(54%)。此外，66%家長或監護人因照顧濕疹學童，減少睡眠時間；受影響的人數中，有65%人每星期減少6小時或以上的睡眠時間。

家中若有兒童患有小兒濕疹，亦會影響家庭生活及配偶間的關係。整體而言，小兒濕疹兒童的母親較少有日間工作，因此有較大的經濟負擔和社交隔離。經濟影響方面，包括為看醫生和在家照顧孩子而請假，因為無法上班而失去的工資，加上藥費、以及特別或額外的床鋪、衣服及食物等費用，對低收入的家庭都可能是沉重負擔。

如何控制小兒濕疹？

選擇不含香料的潤膚劑

小兒濕疹患者首要注意

護理皮膚。每天滋潤皮膚非常重要，即使小兒濕疹已受控制，也不可鬆懈。潤膚有助皮膚保持柔軟，防止破裂，但患者應選擇一些不含香料的潤膚劑。患者家長應向醫生請教哪種潤膚劑最切合患者需要。

用毛巾輕輕印乾皮膚

洗澡時水溫不宜過熱，微暖已足夠。時間亦不應超過5分鐘，以免流失保護皮膚的油脂。洗澡後，用毛巾輕輕印乾皮膚(不要擦)，然後徹底滋潤。盡量避免使用含有香料的沐浴產品，應選擇性質溫和的肥皂或肥皂代替品(如水質乳霜或軟膏)。

避免惡性循環搔癢

小兒濕疹往往會使人痕癢難當。然而當病者搔癢，皮膚便會出現紅疹，惡性的搔癢循環周期亦由此開始，因此請盡量想辦法制止抓癢。要避免抓癢，兒童或成人可以剪短指甲，嬰兒病者應戴上綿質連指手套。這些方法都可減低搔癢時可能造成的傷害。

治療方法

藥物治療

軟膏對治療小兒濕疹十分有效，但較油性，會沾污

衣物。有時軟膏或會在幼嫩的皮膚(如面部及頸部)引起暗瘡；乳霜既容易塗抹，也較適合幼嫩的皮膚部位。

潤膚劑是滋潤劑的一種，可軟化皮膚，使皮膚變得幼滑。如果孩子的小兒濕疹範圍較大，則可能需要使用「濕敷料」。

外用類固醇乳霜及軟膏是治療小兒濕疹的常用藥物，唯使用時必須完全按照醫生指示，而且亦只可用於受小兒濕疹影響的部位。

用藥時，只需將小量藥物薄薄塗上一層在皮膚表面便可。皮膚爆裂或嚴重抓損時，容易引起細菌感染，醫生會處方抗菌藥物(如外用軟膏或沐浴時用的配方)來治療或預防感染。

病人亦可選擇最新的「選擇性抗發炎藥劑」，它可直接在出現炎症的皮膚發揮作用，亦適合用於較為敏感及幼嫩的部位(如面部及頸部)。

照燈療法(Narrow Band UVB and PUVA)

利用紫外光照射病人



濕疹患者，皮膚會起紅斑或鱗，有時會變得粗糙、角化，若情況嚴重，皮膚更會滲膿和流血。

甚麼是小兒濕疹？

小兒濕疹又稱異位性皮炎，是一種慢性皮膚炎症，常會反覆發作。小兒濕疹患者的皮膚經常會出現痕癢、紅斑、或起鱗等現象，影響範圍隨年齡而改變，並且可在身體多個位置出現。

小兒濕疹是有遺傳性的，幸而並不會傳染他人。

濕疹患者生活小貼士

- 定期更換床鋪及用熱水清洗床單，有助減低家中的塵埃
- 定期清潔家居及除塵
- 睡房不宜放置地毯
- 不宜飼養寵物，或至少不與寵物同睡
- 選擇棉質衣物，避免羊毛、尼龍和聚丙烯纖維(acrylics)等衣料
- 避免泡泡浴，肥皂亦不宜使用過多
- 選用不含香料的產品
- 夏天時使用冷氣及抽濕器，保持室內溫度及濕度穩定
- 保持生活規律化，有助舒緩壓力

患處以回復病人的免疫能力。

口服藥物

當小兒濕疹較為嚴重時，患者也需要口服藥物治療，其中包括口服類固醇及

其他藥物，如環孢菌素(ciclosporin)及硫唑嘌呤(azathioprine)等。口服藥物有助控制小兒濕疹炎症，唯必須完全遵照醫生指示用藥，否則可能會引致嚴重的副作用。