

## 中醫幫你治療與保健（一）

# 乾癬與中醫治療

■ 中醫部 蔡運寧醫師

### ►什麼是「乾癬」？

「乾癬」，又有「牛皮癬」、「銀屑病」、「白疕」、「蛇虱」與「松皮癬」等別名。是一種常見、但頑固難癒的皮膚疾病。

### ►簡單說說「乾癬」是怎麼發展的？

簡而言之，「乾癬」的發生，是皮膚細胞的生命週期「加速」，而導致皮膚細胞迅速地堆積；堆積的皮膚細胞形成了鱗片、紅色斑塊、瘻癢，有時會疼痛；「乾癬」的發生容易反覆，特別是在天氣變化或身體狀況波動時。

### ►那麼「乾癬」的治療目標呢？

治療的主要目標是阻止皮膚細胞迅速生長。

### ►「乾癬」的常見症狀會有哪些呢？

「乾癬」的臨床表現相當多樣，因人而異；常見的症狀包括了：

1. 紅色的斑塊上，覆蓋著厚厚的銀色鱗片；
2. 小鱗屑斑塊，常見於兒童；
3. 膚質乾燥或破裂，常會出血；
4. 瘻癢、灼痛或酸痛；
5. 指甲變厚、凹陷或隆起；
6. 關節腫脹或僵硬。

「乾癬」的斑塊範圍，也有相當大的變異，從幾個頭皮屑狀的斑點，到覆蓋軀幹或肢體大面積的斑疹都有可能出現；大多數的發作，會有週期性的變化，經過數週或數月的發作後，可恢復到完全正常，之後又進入發作的循環週期，相當頑固。

### ►「乾癬」大致分成幾種類型呢？

臨牀上，從「乾癬」的發作部位或病灶特徵，可以大致區分為以下七種：

1. **斑塊狀乾癬**：這是乾癬最常見的形式，會導致乾燥、紅腫的皮膚斑塊，伴隨覆蓋著銀色的鱗屑。斑塊可能會發癢或疼痛；斑塊狀乾癬可以發生在身體的任何地方，包括生殖器和口腔內的軟組織。



2. **指甲型乾癬**：乾癬可能侵犯手指甲或腳趾甲，導致其凹陷、指甲生長異常和變色；指甲可能鬆動，並從甲床上分離；在嚴重的狀況下，可能會導致指甲崩碎。
3. **雨滴型乾癬**：這種類型的乾癬，主要影響年輕人和兒童。雨滴型乾癬通常是因為細菌感染，如鏈球菌咽喉炎所引發的。其特徵是在軀幹、手臂、腿部和頭皮上，有小的水滴形狀的結垢型病灶。
4. **皮褶型乾癬**：這主要影響腋窩、腹股溝、乳房下方和生殖器周圍的皮膚。皮褶型乾癬會引起紅色的光滑斑塊，伴隨著摩擦和出汗而惡化；與真菌感染有關。
5. **膿皰型乾癬**：此種乾癬較不常見；會伴隨廣泛範圍的斑塊（泛發性膿皰性乾癬），也有可能只在手、足或指尖的較小區域。它通常迅速發展，在皮膚變得紅潤幾個小時後，出現充滿膿液的水皰，並且反覆地發生。此種乾癬也可引起發燒、寒顫、嚴重瘙癢和腹瀉。
6. **紅皮病性乾癬**：乾癬可覆蓋整個身體，並伴有紅色而瘙癢的皮膚病灶，或灼傷性皮疹。
7. **乾癬性關節炎**：除了皮膚症狀外，乾癬若是侵犯到關節，會引起典型關節炎的腫脹疼痛關節。有時關節症狀是乾癬的第一或唯一表現，也可影響到任何關節。雖然乾癬性關節炎通常不像其他形式的關節炎容易致殘，但會導致關節僵硬和漸進性地關節損傷，甚至可能導致永久的畸形。

#### ► 「乾癬」是如何診斷的呢？

在大多數情況下，由於乾癬的特徵相當易於辨識，包括（紅色的斑塊上，覆蓋著厚厚的銀色鱗片；小鱗屑斑塊，常見於兒童；膚質乾燥或破裂，常會出血；瘙癢、灼痛或酸痛；指甲變厚、凹陷或隆起；關節腫脹或僵硬），相對於其他的皮膚問題，診斷相對較為容易。通常是透過「理學檢查」以及「病史」來進行。

在一些少見的狀況下，才會使用「皮膚切片」（皮膚切片時，通常會使用局部麻醉劑），來確診是否為「乾癬」，並排除其他的疾病。

#### ► 「乾癬」有哪一些治療方式呢？

「乾癬」的治療，主要可以分為三種類型，即：局部治療，光照治療和全身用藥。這裡先介紹「局部治療」的外用西藥。

局部治療主要是以皮膚藥膏來治療輕度至中度的乾癬。若乾癬較為嚴重，藥膏亦可與口服藥物或光照治療合併使用。這些外用藥物的種類包括：

1. **局部皮質類固醇（Topical corticosteroids）**：這是治療輕度至中度乾癬時，最常用的藥物；可以減輕發炎，並緩解瘙癢，還可以與其他治療一起使用。不過，長期或過度使用強效的類固醇，會導致皮膚變薄。

2. **維生素 D 類似物（Vitamin D analogues）及其衍生物**：可減緩皮膚細胞的生長，目前國內常使用的代表藥物如「德膚寶」（Daivobet）。
3. **蒽林（Anthralin）**：自 1916 年就開始使用，這種藥物有助於減緩皮膚細胞生長，也可去除鱗屑，使皮膚更光滑。此藥最重要的優點在於沒有任何長期的副作用，且病灶痊癒後維持較久，但很容易產生局部皮膚刺激反應，目前國內已經停產。
4. **外用類維生素 A（Topical retinoids）**：減少發炎，最常見的副作用是皮膚刺激與能會增加對陽光的敏感度，所以在使用藥物時若要外出，請記得塗抹防曬霜或防曬乳。
5. **鈣調磷酸酶抑制劑（Calcineurin inhibitors）**：如他克莫司（Prograf）和匹美莫司（Elidel），可減少炎症和斑、塊的積聚。
6. **水楊酸（Salicylic acid）**：水楊酸能促進死皮細胞的脫落並減少結垢。有時它會與其他藥物如局部皮質類固醇結合使用，以提高其有效性。
7. **焦油（Coal tar）**：來自煤炭的煤焦油減少結垢，瘙癢和炎症。對於懷孕或哺乳的女性，較不建議使用這種治療。
8. **保濕（Moisturizers）**：單獨使用保濕霜不會治愈牛皮癬，但它們可以減少瘙癢，結垢和乾燥。軟膏基質中的保濕劑通常比較輕的面霜和乳液更有效。沐浴或淋浴後立即塗抹以鎖住水分。

#### ► 中醫如何治療「乾癬」呢？

中醫治療乾癬，則是視病灶的形態、發作的原因、患者的體質，施以健脾益氣、滋陰涼血與清熱解毒等方法來規劃治療。

#### ► 參考資料：

1. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/psoriasis/diagnosis-treatment/drc-20355845>
2. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/psoriasis/diagnosis-treatment/drc-20355845>
3. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/psoriasis/symptoms-causes/syc-20355840>
4. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/psoriasis/symptoms-causes/syc-20355840>

