



皮膚炎

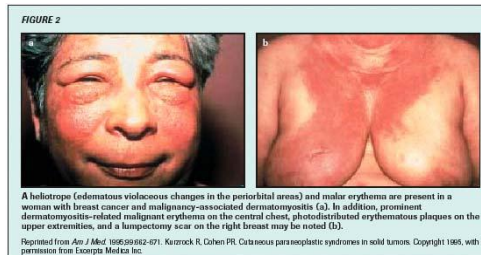
皮膚炎是一種以皮膚及肌肉發炎為主的慢性疾病，有時也會侵犯肺臟、心臟等器官。皮膚炎的患者有皮膚紅疹及肌肉無力的現象；造成皮膚炎的原因並不十分清楚，可能與自體免疫的缺失有關。

根據統計，女性得皮膚炎的機率是男性的兩倍，其中以兒童及 40-60 歲之成人為好發年齡層。

一、常見症狀：

皮膚炎的患者會依病情的進展而出現不同的症狀：

1. 皮膚：上眼皮有紫紅色皮疹及浮腫情形，前額、臉頰兩側、頸部及前胸皮膚亦有皮疹發生。
2. 肌肉：軟弱無力，早期有爬樓梯困難，不能自椅中站起，無法梳頭，晚期則有無力抬頭、無法站立，吞嚥困難及呼吸困難等症狀。
3. 肺部：肺臟之發炎及纖維化。
4. 其他：有關節腫痛、手指皮膚變硬、雷諾氏現象、心臟衰竭、慢性咳嗽、噁心、嘔吐、便秘、腹瀉等症狀。



皮膚炎的病人比一般人得到惡性腫瘤的機率要高。根據國外大型研究指出大約 8% 合併惡性腫瘤。台灣則有不少病人合併鼻咽癌，所以合併腫瘤比率升高到將近 20%，應特別注意，其真正原因則有待進一步研究。病人應依醫師指示定期做各部位之癌症篩檢，包括乳房、卵巢、子宮、肺、胃、大腸及鼻咽等，均應注意是否有腫瘤發生，以便能早期發現與治療，提高治癒機會。

二、診斷標準：

- (1) 四肢近心端肌肉群對稱性肌肉無力
- (2) 血清中肌肉酵素如 CPK、LDH、SGOT 上昇
- (3) 肌電圖異常
- (4) 肌肉切片有發炎性病變
- (5) 典型的皮膚症狀

三、治療原則：

目前皮肌炎的治療目標以減緩疾病的發展及預防疾病關節的攣縮為主，一般的治療原則是：

1. 使用類固醇及其他免疫抑制劑，以控制皮膚及肌肉的發炎反應。
2. 血漿置換術，可能減慢疾病發展的速度。
3. 復健運動，則可以減輕肌肉萎縮及關節攣縮的情形。

四、皮肌炎患者的自我照顧：

1. 皮膚：紅疹及皮膚脫屑的情形會隨著治療而逐漸改善，請勿自行塗擦藥膏，以免引起其他副作用。
2. 藥物治療：必須按時服藥，千萬不可自行停藥或增減藥量，以免造成病情再度惡化。
3. 復健：以下的運動對於維持您肌肉及關節的活動有所幫助，您可以每天做三次，每次做十五回。
 - (1)關節活動運動：可做全身關節完全伸直、彎曲、及內外旋轉的運動。在急性期時，可請他人協助做此運動，急性期過後，則可由您自己執行。
 - (2)等長運動：在急性期肌肉無力時可做關節固定的肌肉運動。例如手、腳伸直用力，使肌肉繃緊6秒，然後放鬆休息20秒，並重複這個動作。
 - (3)加重力運動：在急性期過後，即可執行加重力運動，例如膝上置砂袋，腿往上提舉或以手舉砂袋。
4. 飲食：由於噁心、嘔吐、食慾不振，故您應選擇的食物，以提供足夠的營養為主，例如瘦肉、牛奶、蛋、豆類、魚等。又因吞嚥困難，食物易誤入氣管，造成肺炎，故進食時宜採坐姿，細嚼慢嚥。
5. 安全：當您肌肉無力、步態不穩時，容易跌倒受傷，故當您感到全身乏力時，請多臥床休息。
6. 日常生活：床上桌、長把梳、便盆架等輔助器材，可以協助您的日常生活，您可視需要添置。

由於皮肌炎所造成的身體功能障礙，常會為您的生活帶來許多困擾，故請您務必依醫師指示，按時服藥，定期門診追蹤治療，並正確執行復健運動，以控制疾病的進展，改善您的生活品質。