



詹中佐医生 (Dr Chang Choong Chor)

年龄: 46岁

相关学历: 马来西亚国民大学皮肤科高级硕士、

新加坡国家皮肤中心院士、美国皮肤专科医院院士

从医经验: 20年(当中皮肤专科10年)

身份: 吉隆坡鹰阁医院皮肤专科顾问

皮肤过敏可以导致很多不同的症状。



过度敏感非好事

性格上“过度敏感”并非好事，往往小题大作，一点点小事就剑拔弩张，把自己弄得神经兮兮；皮肤上过度敏感也绝非好事，遇到任何物质入侵都会派遣兵将（免疫细胞）大举攻击，最先受伤的反而是自己（皮肤）。

拥有过敏性皮肤，除了使生理不适，也会造成心理负担。皮肤过敏导致的痕痒有时比疼痛更难受，会不断去抓扒，痒不止就不能集中精神，也不能工作睡觉；抓伤了留下疤痕除了难看也恐会恶化。某些皮炎与疹子也会使人自卑，不敢和人握手接触，影响社交及人际关系。

怎样会导致皮肤过敏？面对皮肤过敏又有何解除方案？且看詹中佐皮肤科医生对过敏性皮肤的剖析。

1 *什么是过敏性皮肤？

答：“过敏”（Allergy）是一种免疫系统的正常反应。皮肤是身体最大的器官，也处在最表面，故扮演了保护和防卫的角色。也由于在最表面，所以皮肤随时都受到不同物质的侵蚀，例如微生物、化学物质、尘埃及污染等。

皮肤也是免疫系统的延伸，它就像一层牆，有许多官兵在把守。当皮肤表面受到外来物质侵入时，免疫系统就会分辨有害与否。一旦有害，就会释放炎症物质使局部发炎，血管壁也开动让免疫细胞（白血球）去攻打入侵者。若是免疫系统不能准确分辨物质的性质，有害没害也来攻打一轮，皮肤就会造成不必要的伤害，这就是“过敏”，也即是一种变态反应。

“过敏性皮肤”即指正常情形下不应该会产生反应时，它却有可能产生反应。

2 *皮肤过敏时会有怎样的症状？

答：视情况而定也因人而异，不同的体质会产生不同的症状，并表现出不同的病状如下：

1. 风疹或荨麻疹 (Urticaria)、血管性水肿 (Angioedema)
2. 湿疹性皮炎 (Eczematous Dermatitis)
3. 水泡性皮炎 (Bullous Dermatitis)
4. 多形性红斑 (Erythema Multiforme)
5. 全身性红皮 (Erythroderma)
6. 综合症状

3 *造成皮肤过敏的因素？

答：过敏因素可分为内源性和外源性。

内源性的当中一个因素是遗传基因，若父母都有过敏，下一代超过50%会遗传；人体随着年龄增长，皮肤保护层越来越退化，受到物质入侵就越频密，这也会使到免疫系统反应过敏；荷尔蒙的变化例如怀孕、甲状腺失调、更年期，以及生理皮肤疾病如湿疹、牛皮癣、鱼鳞病或红斑狼疮、精神压力、营养不良等等，都会导致皮肤过敏。

外源因素最常见是环境的污染、尘螨、花粉、穿戴物、香水精油、洗淨剂、染发剂等。加上经常洗手，洗淨剂把皮肤的保护层磨蚀得越来越薄，皮肤就容易受刺激进而过敏。另外还有药物以及保健品等也会造成过敏。



*很多人以为肮脏才过敏，其实过于干净反而更容易过敏。

*若从小就时常接触到“肮脏”物质，耐受程度就较高，反而不易过敏。

*无论任何一种过敏，若症状持续不退，出水、有伤口、太痒或太痛，或是呼吸困难请立刻求医。

*风疹及血管性水肿可能在数小时或一天内就能致命。

很多时候大众对过敏概念混淆。一些人喝了牛奶会泻肚子或胀气，就认为是牛奶过敏，其实只是乳糖不耐受；一些人喝了酒会起酒痲，也认为是酒精过敏，其实也只是对酒精的耐受不良。这些情况造成的皮肤症状并不能归类为过敏。皮肤过敏一定是免疫系统出了偏差而非其他器官的反应。

4 *皮肤过敏和皮肤的厚薄以及卫生肮脏有关系吗？

答：造成皮肤过敏并非厚薄那么简单。人体从上到下的皮肤厚薄都不同，手脚、背部的皮肤都很厚，但也会有过敏反应，并非薄的皮肤才会过敏。

过敏跟肮脏或卫生也没有很大关系，很多人以为肮脏才过敏，其实过于干净反而更容易过敏。若从小就时常接触到“肮脏”物质，耐受程度就较高，反而不易过敏。

很多先进国家的小孩，比起发展中国家的孩子，过敏机率会较高。城市发展得愈先进，过敏的机率就愈高。

5 *什么年龄层和行业较易患上皮肤过敏？

答：每个年龄都有可能，而且病状不同。初生婴儿在两三个月大就可能产生奶癣，其实是湿疹或异位性皮炎，这也是先天性过敏。沾到口水或奶水的地方就会起红疹、出水、痕痒，手脚也会跟着有反应。通常从婴儿开始，反反复复延伸到青少年时期，症状会慢慢减轻，但却会换成另一种过敏症状，这时和外源性接触造成的机率就比较高。

中老年也会有很多不同的诱发因素，更年期荷尔蒙产生的变化以及外源性的接触，加上老年时服食很多慢性病药物，药和药之间产生的副作用或化学因素也会引发皮肤过敏。

皮肤过敏和职业肯定有关系。时常接触化学物质的例如美容理发或按摩推拿行业，经常触碰染发剂、洗洁剂和精油等，就较常患上外源性皮炎；在工厂工作常接触化学用品，或医务人员必需经常洗手，也较常患上手部湿疹。



不要乱抓，越抓越厚

6 *由过敏导致的皮肤疾病有哪些？

答：有好几种如下：

*内源性皮炎（湿疹）并分为过敏性湿疹／异位性皮炎（Atopic Eczema）、手足部湿疹（Hand & Feet Eczema）、盘状湿疹（Discoid Eczema）、脂溢性皮炎（Seborrhoeic Dermatitis）以及干燥性湿疹（Asteatotic Eczema）。

*症状：一般会痒，若有细菌感染就会疼痛。有些含有水泡，亦有呈干性。若不断抓搔，患处皮肤就会变厚。

*接触性皮炎（Contact Dermatitis）及职业性皮炎（Occupational Dermatitis）

*症状：这些都是外源性物质接触所致的一种皮肤炎症反应，可在接触后立即发生或较长时间接触后发生。症状可从轻微红斑、龟裂到严重水泡甚至溃疡。在杜绝接触该敏感源之后，症状会改善或完全消退。

*风疹／荨麻疹及血管性水肿（Urticaria & Angioedema）

*症状：风疹即风痲，会形成一片薄薄红疹，有些会起小肿块，并且痒。通常在数小时或一天内会消失，有些则会移到其他部位；血管性水肿则会使眼睛及嘴唇肿胀，除了痒还会疼痛，并会持续多天。有时会单独出现，有时会同时产生两种反应。

*丘疹性风疹（Papular Urticaria）

*症状：反应像昆虫叮咬隆起颗粒，但却非堆集一起，而是这里一粒那里一粒，有时甚至出现小水泡，非常痒。

*药物过敏（Drug Allergy）

*症状：有些像出麻似的密密麻麻有小红点；有些则是多形性红斑有大有小，或是圈圈内有红圈；有些则会起水泡，会疼痛痒。也有可能造成血管炎。若是气管肿或是全身性水泡型，严重的话会有生命危险。

*光敏性皮炎（Photo-allergic Dermatitis）

*症状：一般发生在受光照的部位较多，例如额头及脸部。通常媒介是染发剂或香精，有些人在皮肤上涂柠檬汁或植物油，若给光照到就会出现红斑且脱皮。因为上述内含物质会引发光过敏。

不同的因素也会造成各种皮肤过敏。



发现症状马上求医



荷尔蒙的变化例如怀孕、甲状腺失调、更年期，以及生理皮肤疾病如湿疹、牛皮癣、鱼鳞病或红斑狼疮、精神压力、营养不良等等，都会导致皮肤过敏。

多形性红斑。



7 *皮肤产生过敏是否一定要求医?能自动康复吗?

答:要看是哪一类过敏。一些初生婴儿对牛奶蛋白或鸡蛋蛋白过敏，通常3、4岁过后就会自动消失；至于海鲜过敏或花生过敏那类，就可能是一辈子的事。

一些蚊虫叮咬造成的轻微皮肤过敏，几天后会自动好转。但一些过敏则可能会造成生命危险，例如药物过敏、镍过敏或花生过敏。并要看它造成过敏反应的严重程度，一些风疹及血管性水肿会造成嘴唇和眼皮肿胀，严重的程度会休克，血压下降就会晕倒。一旦气管肿致不能呼吸即会有生命危险。

无论任何一种过敏，若症状持续不退，出水、有伤口、太痒或太痛，或是呼吸辛苦就得立刻求医。因为风疹及血管性水肿可能在数小时或一天内就能致命。

8 *有多少种治疗方法?

答:最基本是先确认过敏源。由于有些过敏反应不是马上发生，因此病历很重要，能把过敏源的范围缩小。过敏源的确认方法有多种，包括皮肤点测测试 (skin prick test)，即把各种过敏源 (如鸡蛋、海鲜等) 点刺在手臂上，20分钟后看哪一种有反应 (红肿) 即是过敏源。可是每次只能测试8至10样，要比较广的就得抽血检验IgE抗体。

若是接触性过敏 (如染发剂、香精等) 则要做斑贴测试 (patch test)，在背部皮肤贴上30、50种不同物质过敏源，48小时后拉开贴子，看哪个地方红肿就是过敏源。唯这些测试不是一定能够确认所有过敏原，加上有些物质不在测试范围，因此病史很重要。如果幸运找到过敏源，就要尽量避免接触。

皮肤过敏导致的症状大多数是炎症，因此治疗上以消炎为主。若是病症只限于局部就用外涂的类固醇消炎药膏 (topical steroids) 或免疫调节剂 (topical immunomodulators)；对于风疹和痕痒的症状就用口服抗组织胺药物 (oral antihistamines) 以减轻痕痒；如果非常严重如全身皮炎则可用紫外线光疗 (ultraviolet phototherapy) 或服食免疫抑制药物 (immunosuppressive drugs) 来控制。唯这些疗法必需通过皮肤专科医生监控，以免产生副作用。

至于打针，由于注射入体内的皆是高剂量且强性的消炎剂 (类固醇)，因此能马上压制免疫系统，使发炎症状减轻甚至消失。然而这只能治标，一旦复发又再注射，长期如此肯定有副作用。除非是急性过敏，气管肿起来不能呼吸，就要即刻打针使血管收缩及马上消炎。因此打针并非一般皮肤过敏的主要治疗法，但对急性及危险性的过敏却有一定作用。

另外，还要避免抓痒，以防抓伤会受细菌或病毒感染引起并发症。同时也得让皮肤保湿及滋润以改善皮肤保护层。

9 *是否能根治?如何预防?

答:要看过敏的导因是什么。很多外源性或接触性皮炎能被根治，若确认了过敏源，排除它并不再去触及就不会复发。例如染发剂过敏，日后不再染发就不会有问题了。但有些属内源性或遗传因子，医治后八、九十巴仙会消退，可是一旦接触到诱发因素就有可能再复发。

先天性的不能预防，只是要注重保护皮肤，护肤品要简单化且无香精。洗澡后不要搓擦皮肤，用软毛巾轻轻拍干，涂上滋润霜保湿。当有症状就要马上就医，趁早确认过敏原后就能避免。