

淺談蕁麻疹

什麼是蕁麻疹？

『蕁麻疹』是一種很常見的皮膚病，其特性為極癢的膨疹，忽起忽退、時有時無、病無定處、善於變化，跟風的特性相符，所以古稱「風疹」，台語俗稱「起清膜」。蕁麻疹可分成急性和慢性兩種，以急性佔大多數。引起的原因相當多，較常見的是因為某些人的體質特殊，其體內的免疫系統對外界的一些特定物質所產生的過敏反應。對於急性蕁麻疹者，即使找不到原因，在經治療後大部份的人也會在數天或數週後痊癒。如果發作的時間持續超過六星期就稱作「慢性蕁麻疹」，其病情可能持續數月或數年，另外，有的人則是隔一段時間就反覆發作。然而，蕁麻疹在妥善治療後是可以痊癒的。

臨床症狀：

臨床上，皮膚會出現相當癢而形態不一、一塊一塊類似蚊蟲叮咬的紅腫斑塊，特稱為「膨疹(wheal)」，膨疹是因為皮膚內血管擴張且通透性增加所造成的，其形狀會隨著時間而改變，但在廿四小時內會消退，消退後不留任何痕跡。有些人的皮膚在搔抓或劃過的地方會浮起來產生膨疹，這種症狀就稱為「皮膚劃紋症」。如果蕁麻疹較厲害，浮腫位於皮膚的深處時，則可見皮膚腫脹變厚，又稱「血管神經性水腫」，常見於嘴唇、眼皮和手腳掌，較嚴重者甚至有咽喉水腫，病人可能會有胸悶、呼吸困難等症狀，嚴重時甚至可危及生命。如果蕁麻疹發生於消化道黏膜，則病人可能出現噁心、嘔吐、腹痛、及腹瀉的症狀。

常見引起蕁麻疹之原因：

1. 飲食：應盡量避免食品添加物、菸、酒、辛辣刺激性及不新鮮的食物為宜。

2. 藥物：藥品如消炎藥物、抗生素等、甚至維他命及健康食品皆有可能引發蕁麻疹。

3. 感染：包括：細菌性-牙齒疾病(如蛀牙、牙周病)、鼻竇炎、尿路發炎等、黴菌性-念珠菌感染、足癬、灰趾甲等、病毒性-B型肝炎、某些濾過性病毒引起之感冒等、及寄生蟲感染-滴蟲、腸道寄生蟲等。

4. 吸入性過敏原：如花粉、黴菌孢子、粉塵、動物毛髮、小蟲分泌物或排屑物微粒等。

5. 內分泌：如甲狀腺功能異常、荷爾蒙(某些女性之蕁麻疹發作與生理周期有關)等。

6. 物理性因素：導致物理性蕁麻疹，如搔抓、壓力、陽光、冷、熱、運動、水等因素。

綜合以上，蕁麻疹患者當避免其它會使蕁麻疹惡化的因素如壓力、搔抓、洗熱水澡、泡溫泉、緊身衣褲、激烈運動、及吹電暖器所致皮膚乾燥等。患者如能確實做到，皮膚之不適，應可獲得最大之改善。