

如何門診操作濕敷療法

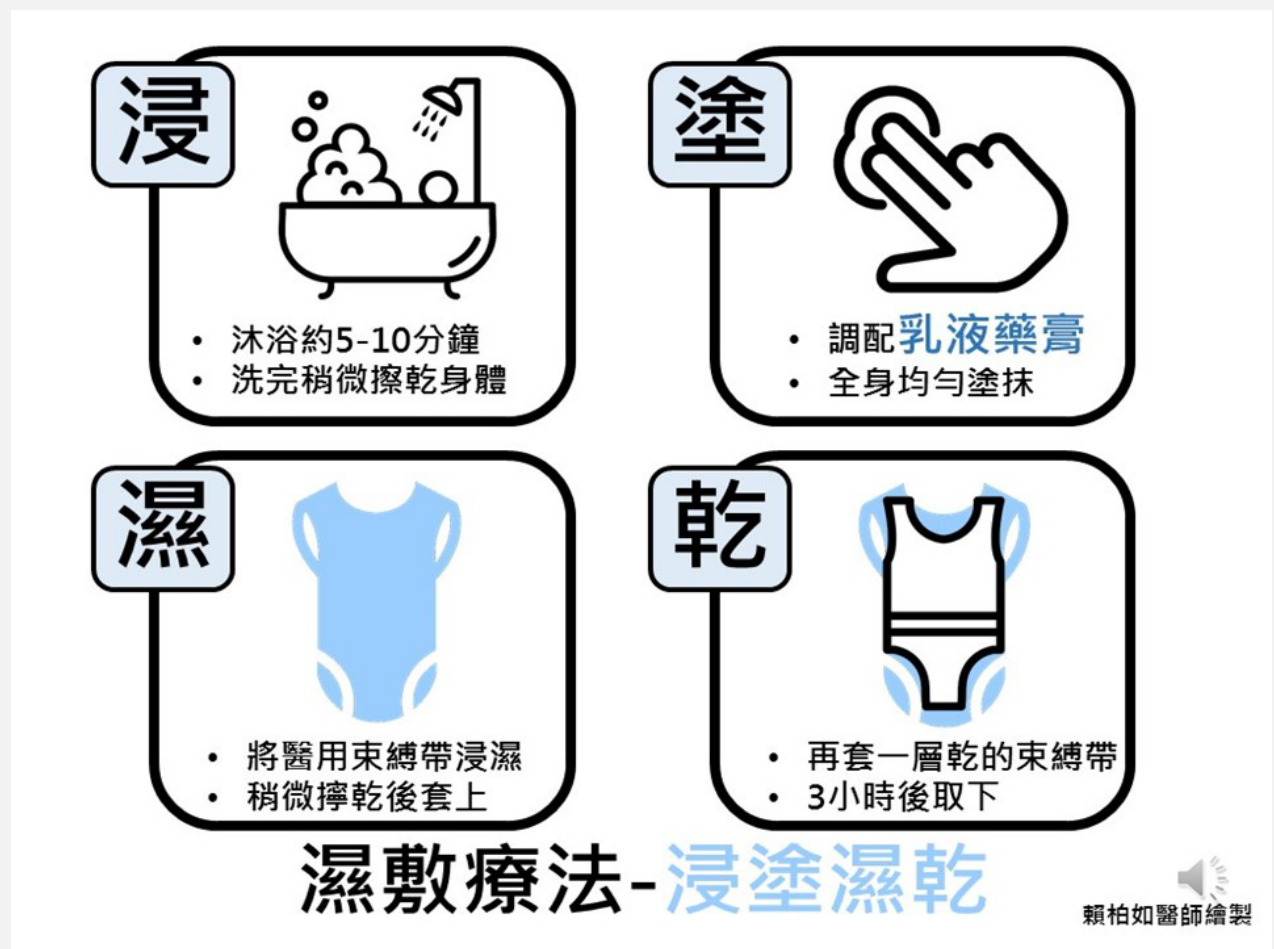
中山醫學大學附設醫院 皮膚科 賴柏如醫師

皮膚屏障異常 (Skin barrier defect) 是造成異位性皮膚炎的起因之一，因此，如何修復皮膚屏障就變成治療異位性皮膚炎的重要課題，也是皮膚科醫師治療異位性皮膚炎的優勢之一。異位性皮膚炎的治療，除了最基本的衛教患者和家長、教導其等遠離過敏原和刺激物外，治療的武器可分為四大類：乳液，外用藥膏，口服藥物，光照治療。

乳液的選擇，對於皮膚科醫師來說，再熟悉不過。我們知道如何判斷乳液的成分配方是不是適合患者，也會根據患者皮膚的乾燥程度、季節氣候的不同，來選擇不一樣的劑型，同時近來各家廠商發展出許多功能性乳液，讓我們在照顧異膚患者或是其他發炎性皮膚疾病時，更多了一個有效的治療方式。如何選用外用藥膏，也是皮膚科醫師專精之處，我們知道如何有效使用，又可以避免副作用產生，並根據疾病的嚴重度、病灶的部位及類固醇藥膏強弱，選擇適合患者外用藥膏。

乳液結合外用藥膏，正是修復皮膚屏障的主要配方，也是濕敷療法的重點。濕敷療法對於異位性皮膚炎有相當好的療效，然而以往只在醫院操作，不太會讓患者在家施行，因而限制其應用。這兩年來，我們在門診推行居家濕敷療法，和家長、患者解說之後，使患者可於家中治療，如此一來可以減少醫師和護理人員負擔，也可以推廣其使用，結果發現成效極高。

操作方式如下：先請患者沐浴5-10分鐘，接著，根據患者皮膚病灶嚴重程度不同，將外用藥膏和乳液以1:5-10方式混合塗抹，接著將束縛帶用水浸濕後套上，最後再套上一層乾的束縛帶，施行兩到三小時後即可拆掉。總共五週為一個療程，第一週每天操作一次，第二到三週則每兩天操作一次，最後兩週則每週操作兩次。不但可使80-90%病灶消失，又可以修復皮膚屏障，進而達到長期緩解的目標。



門診操作濕膚療法並不困難，不需要使用口服類固醇，只需很少量的外用類固醇藥膏，就可以讓中重度的患者有很好的改善，而且，濕敷療法會讓患者更知道擦乳液的重要性，這正是我們皮膚科醫師的優勢，如果我們能在門診普及使用，就可以帶給更多患者益處。