



當我們皮膚生病或受傷時，常會接受外用藥膏治療。然而有些民衆因錯誤的使用方法，不但使疾病無法獲得控制，甚至造成傷害。本文列舉民衆對藥膏使用常見的錯誤認知，提供使用外用藥膏之正確方法。

外用藥膏都是一樣的嗎？

藥膏真的大不同！若以作用及型態而言就區分很多種。就作用而言，有分殺細菌、殺黴菌、殺蟲的，有的是抗過敏、抗發炎、免疫抑制、抗增生、使角質層溶解的等，而有些是含有多種作用的。就型態而言市面常見有軟膏(ointment)及乳膏(cream)兩種，部位不同會影響其選擇。例如皮膚較乾及角質較厚者以皮膚軟膏(ointment)為較佳選擇；而對患部有毛髮的部位，另有外用藥水(lotion)的型態製劑可選擇。除了作用及型態的不同，還有藥物濃度的不同、複方成分的不同等等，所以千萬不要以為藥膏都差不多！

反正都是過敏、癢，別人使用的抗過敏藥膏，我也可以使用？

常見的抗過敏藥膏有抗組織胺及類固醇成分。而不同類固醇有不同抗發炎強度，有不同的功效；另外類固醇的濃度、皮膚角質層的保濕程度及厚度、藥膏型態的選用等，也會影響其治療效果。例如角質層愈厚的皮膚，藥膏的穿透能力愈差。而臉部的角質層最薄，再來是腋下、胯下等屈曲處次之，手掌、腳掌與頭皮最厚。

所以用在臉部、鼠蹊部、腋下及生殖器皮膚的外用類固醇，強度要比手腳掌弱，不可使用強效之類固醇，否則容易產生副作用（另外也要考量小孩皮膚薄及老人皮膚萎縮，藥膏較易穿透的特性）。也就是不同的疾病、患者年齡、疾病輕重、皮膚狀況、患處部位等等，皆會影響外用藥物的選用。當你了解這麼多時，應該就知道適合別人使用的不見得適合你，唯有正確的診斷才能有正確的用藥，如果皮膚有過敏或不適，應該就診讓醫師找出原因並且對症下藥才是上上策！

藥膏可以一直不斷塗抹直到舒服為止？

大家都知道，口服藥不可以隨便亂吃，但藥膏是塗抹在皮膚，而非口服到體內，因此使用者常會不自覺就使用過量。其實皮膚還是會吸收外用藥膏的，雖然皮膚吸收的量比不上直接口服，但若患者不斷塗抹藥物，皮膚吸收時間足夠下，可能在不知不覺間累積相對高的劑量在體內，如同服用相同成份的口服藥物，當過度使用（頻次過高或使用面積過大）時就會引起不良反應或嚴重副作用。





臨床上就有民衆因過度使用治療肌肉酸痛的藥膏，而引起致死的案例。因為酸痛藥膏內含有水楊酸或是其他非類固醇消炎藥等成分，過量使用水楊酸時，可能會引起呼吸困難、急促，甚至造成心律不整與心臟麻痺猝死；而過量擦抹非類固醇消炎止痛藥膏，則可能會引起急性腎衰竭，腸胃出血等問題。臨床也常見類固醇藥膏的過度使用，除了會使皮膚萎縮、變薄易出血外，也可能發生與口服類固醇一樣的副作用（水腫、月亮臉、水牛肩、抵抗力降低容易感染等），千萬不可因為使用感覺「良好」，而一再塗抹或大面積擦拭藥膏。



外用藥膏要怎麼正確使用？要注意什麼？

- 1 遵從醫師或藥師指示與包裝上說明的使用方法。
- 2 外用藥使用前都應先清洗雙手並擦乾，以避免給藥時污染藥品。
- 3 使用前檢查藥品是否出現變色或異常的沉澱現象，若有變質則應丟棄不使用。
- 4 依照使用頻次，薄薄的一層擦抹即有效。輕輕將藥塗佈於皮膚表面，除非醫師或藥師指示，不要用力搓揉，也不要因為搔癢難耐或疼痛，就一再使用。
- 5 若無醫師指示不要包覆患處以免發生刺激、不透氣情形而使患處惡化。
- 6 擠出或倒出過多的藥物應丟棄，不可再放回容器內以免污染藥品。
- 7 若有不同部位之皮膚患處，而領有多種藥膏，領取藥品後應確認不同藥膏之塗抹部位（可以紙本或圖示紀錄協助），若有不明白處應立即諮詢醫師確認。
- 8 如果症狀持續沒有緩解或出現過敏、嚴重副作用，需再就醫進一步處理與治療。
- 9 依指示說明儲放藥品（一般為室溫陰涼乾燥下儲放）並注意效期。