

高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

| | | |
|------|-------|---------------|
| 科 別 | 皮膚科 | 編號：7A10031 |
| 主 題 | 認識乾癬 | 2002.01.18 訂定 |
| 製作單位 | 71 病房 | 2024.07.30 六修 |

一、何謂乾癬？

俗稱牛皮癬或銀屑病，是一種與免疫相關的慢性、非傳染性的皮膚病，會引發身體其他部位疾病，如：關節炎，因表皮細胞不正常快速增生，在皮膚上出現多處紅色斑塊，合併銀白色皮屑（圖一、二），是會復發的炎性皮膚組織疾病，真正的致病原因不明，但可能誘因包含遺傳、情緒緊張、壓力、過度疲勞、外傷、感染、感冒、內分泌失調、藥物、抽菸及喝酒等。



圖一、全身病灶圖



圖二、病灶近照圖

二、症狀：

乾癬病灶常見外觀呈現紅色脫屑性斑塊，好發於頭皮、軀幹或四肢外側，如肘、膝、腰薦骨，易導致關節病變、疼痛和指甲變形萎縮，嚴重者會造成紅皮症、乾癬性關節炎、膿皰性乾癬。

三、診斷：

皮膚科專科醫師經由檢查病灶特徵，大多可確診，但有時需要皮膚切片檢查或觀察病灶變化，目前並沒有特殊抽血檢驗可以用來診斷此病。

四、治療方法：

治療方式很多，但大多無法完全治癒，醫師會針對病情、個人健康狀況、生活型態等，採用適當治療方式來改善病灶，減輕病人不適，臨床上會依病症選擇治療方式，目前有四大類：

- (一) 外用藥物(塗抹或浸泡)：保濕止癢製劑、不同強度的類固醇、水楊酸、維生素 D3 衍生物等。
- (二) 口服藥物：止癢藥物減輕搔癢感，有乾癬性關節炎者，若疼痛嚴重，會給止痛劑如非類固醇抗發炎藥(NSAID)、口服 A 酸、免疫調節藥物抑制(MTX、Cyclosporine 等)。
- (三) 照光療法：使用醫療性紫外線 UVA 及 UVB 照射。
- (四) 生物製劑：有恩博、復邁、喜達諾等藥物，持續有新藥核准上市，需依健保規定條件申請核准後使用。

五、護理指導：

(一) 藥物：

- 1.依醫囑服藥及塗藥，避免可能造成病灶惡化藥物，如鋰鹽、降血壓藥、β交感神經抑制劑、口服類固醇、抗瘡疾藥等。
- 2.每次塗藥前先洗淨病灶皮膚。
- 3.必要時醫師會開立醫囑回門診照光治療。

(二) 皮膚照護：

- 1.避免抓傷皮膚或擦傷、曬傷，因可能造成細菌感染，如：蜂窩性組織炎、膿痂疹導致病灶惡化，故勿用手抓癢，可用冷毛巾輕拍或局部冷敷，必要時由醫師開立止癢劑減輕搔癢，另應避免皮膚碰撞與曬太陽時間過久。
- 2.皮膚清潔選用富含保濕不含皂鹼的清潔品，清洗時勿用力清潔，以綿布輕輕將皮屑去除即可，擦乾身體再全身塗抹未含香精的乳液或凡士林保濕。

(三) 穿著：採用寬鬆棉質衣物，減少病灶皮膚磨擦破裂，預防細菌侵入。

(四) 飲食方面：避免高糖、高脂飲食，忌菸酒，多食用高纖、新鮮水果和蛋白質食品，如魚、肉、蛋、豆製品。

(五) 作息：維持正常，注意不熬夜、維持充足睡眠、避免情緒壓力累積。

(六) 出院後需定期返回門診追蹤，若返診前有發燒或病灶皮膚出現紅、腫、熱、痛，可先電話諮詢 71 病房 TEL：(07) 3468071，必要時提前返診。

參考資料：

林貴滿、林素戒(2023)·皮膚疾病病人之護理·於陳夏蓮總校閱，內外科護理學下冊(七版，276-392頁)·華杏。

蔡呈芳、李宜芸(2024)·乾癬治療新進展用對藥病灶可望清零·好健康，(68)，26-29。
<https://www.airitilibrary.com/Article/Detail?DocID=P20240429002-N202404290002-00008>

Chen, C. (2023).Diagnosis and management of psoriasis-A narrative review,*Taipei City Medical Journal*,1-11.<https://doi.org/10.6200/TCMJ.202301/PP.0002>.

Hsu, C. K., Huang, Y. H., Chang, C. H., Chen, Y. J., Chiu, T. M., Chung, W. H., ... & Tsai, T. F.(2024).Taiwanese Dermatological Association consensus recommendations for the diagnosis, treatment, and management of generalized pustular psoriasis. *Dermatologica Sinica*, 42(2): 98-109.https://journals.lww.com/ders/fulltext/2024/04000/Taiwanese_dermatological_association_consensus.4.aspx

圖一、「全身病灶圖」高雄榮民總醫院皮膚科(2024)拍攝授權使用。

圖二、「病灶近照圖」高雄榮民總醫院皮膚科(2024)拍攝授權使用。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！