

常見用藥 Q&A

問題： 青春痘（痤瘡）的常見用藥有哪些？有哪些需要注意的副作用呢？

回覆： 青春痘（痤瘡）是青少年及成人常見的皮膚疾病，通常在臉部，也可能在胸部、背部或上臂部。是多成因疾病，最常見是皮脂分泌過多（荷爾蒙、飲食、外界刺激），皮膚角質代謝異常，使毛囊及皮脂腺阻塞，進而產生發炎反應，封閉的毛孔內變成厭氧的痤瘡桿菌（*Propionibacterium acnes*）很好的生長環境。一旦發生感染，就有可能進一步形成膿疱型青春痘。非發炎性病灶通常是密閉性粉刺（closed comedones，白頭粉刺）或開放性粉刺（open comedones，黑頭粉刺）。發炎性病灶則以紅色丘疹（papules）、膿疱（pustules）、結節（nodules）等表現。

平時保養清潔和良好生活習慣養成是預防青春痘的第一步。基本的清潔很重要，選用溫和的洗面乳，每天用室溫（或微溫）水洗臉兩次，不建議過度清潔，避免擠壓，以免正常的皮脂膜受損。再來是生活習慣調整，避免高糖飲食、建立平時少熬夜、多運動的健康生活習慣。由於青春痘是多因素導致的疾病，若需要以藥物治療，醫師會依嚴重程度（發炎紅腫、分布面積、膿疱多寡等）以及病灶的種類來選擇藥物，常見的治療藥物如下：

外用藥物:

1. 外用過氧化本醯（Benzoyl Peroxide）

- 雅若凝膠（Aczo Gel）
- 作用：對輕度、中度的痤瘡有效。可氧化細菌蛋白質，達到抗菌效果，減少痤瘡桿菌增生，也具有角質溶解作用，增進表皮細胞更替，降低毛孔阻塞。可合併抗生素治療避免抗藥性產生。
- 常見用法：每日塗抹 1-2 次。
- 常見副作用：皮膚發紅、落屑、乾燥等刺激性症狀。
- 懷孕：C 級，必要時可使用，目前無致畸胎性報告。
- 哺乳：目前無報告表示會分泌於母乳，哺乳婦女可用。
- 兒童：低於 12 歲兒童使用的療效及安全性尚未被確立。

2. 外用抗生素--克林黴素（Clindamycin）

- 麗歐迅外用液（Cleocin T Topical Solution 1%）

- 作用：對中度、嚴重痤瘡有效。減少痤瘡桿菌增生，緩解發炎反應。在患部有高局部治療濃度，而無全身性副作用。
- 常見用法：每日塗抹 1-2 次。
- 常見副作用：皮膚乾燥、結痂或脫皮等刺激性症狀。
- 懷孕：製劑中可能含有苯甲醇（benzyl alcohol），對胎兒有害，孕婦應避免使用。
- 哺乳：治療期間不建議哺乳。
- 兒童：低於 12 歲兒童使用的療效及安全性尚未被確立。

3. 外用 A 酸（Retinoic acid 類）

- 特蒂樂乳膏（Tretinoin Cream 0.1%）、痘膚潤凝膠（Differin Gel 0.1%）
- 作用：對中度、嚴重痤瘡有效。改善皮脂分泌，間接抑制痤瘡桿菌（痤瘡桿菌需要皮脂才能存活），幫助毛囊正常角質化。
- 常見用法：每晚塗抹 1 次，每次塗抹薄薄一層。
- 常見副作用：初期使用具刺激性，皮膚易有輕度灼熱、發紅、紅腫或刺痛感、落屑、搔癢、乾燥或對日光、冷風或低溫敏感。
- 懷孕：D 級，具致畸胎性，孕婦應避免使用。
- 哺乳：目前無報告顯示外用 A 酸分泌於母乳的藥物濃度是否對嬰兒有害。哺乳婦女慎用。
- 兒童：低於 12 歲兒童使用的療效及安全性尚未被確立。

4. 外用杜鵑花酸（azelaic acid）

- 思麗安乳膏（Skinoren Cream, 20%）
- 作用：對中度、嚴重痤瘡有效。作用類似 A 酸，可以改善皮脂分泌，間接抑制痤瘡桿菌，幫助毛囊正常角質化。
- 常見用法：每日塗抹 2 次，每次塗抹薄薄一層。
- 常見副作用：較外用 A 酸刺激性小，可能會使皮膚過度刺激變紅、脫皮、落屑、發癢、灼熱感。
- 懷孕：B 級，目前無報告證明對胎兒有害。孕婦可用。
- 哺乳：目前無報告顯示分泌於母乳的藥物濃度是否對嬰兒有害。哺乳婦女慎用。

- 兒童：低於 12 歲兒童使用的療效及安全性尚未被確立。

口服藥物

1. 口服抗生素--四環黴素類

四環黴素 (tetracycline)、去氧羥四環素 (doxycycline)、美諾四環素 (minocycline)

- 常用藥品及用法：

鹽酸四環素膠囊 (Tetracycline)	500 mg 一天二次
多喜黴素腸溶膠囊 (doxycycline)	100 mg 一天二次
敏羅黴素膠囊 (minocycline)	100mg 一天二次

- 作用：治療中度、嚴重痤瘡。藉由抑制毛囊中痤瘡桿菌的生長，改善發炎性痤瘡。合併外用 A 酸或外用過氧化本醯治療，多用於治療難治型青春痘。
- 常見副作用：胃腸道不適、光敏感性（接受陽光直接照射易引起皮膚發炎）、發展中的牙齒可能變色、可能影響骨骼生長（避免低於 8 歲的兒童及孕婦使用）。
- 注意事項：四環黴素易與食物、乳製品、胃藥中的制酸劑、鐵等作用，會抑制四環黴素的吸收，所以建議空腹食用，至少吃飯前一小時或飯後兩小時再服用四環黴素。此外，四環素可能會與其他藥物互相影響療效，使用前建議與醫師及藥師討論。不是每位青春痘患者都需要使用抗生素的藥物治療，使用上通常會從外用抗生素開始。一旦開始使用，必須遵照醫囑、按時服藥、固定回診，不隨意停藥，才能確保療效，避免抗藥性。
- 懷孕：D 級。具致畸胎性，孕婦應避免使用。
- 哺乳：目前尚無報告確立分泌於母乳的四環黴素濃度是否對嬰兒有害，哺乳婦女不建議長期使用。
- 兒童：不建議低於 8 歲兒童使用。

2. 口服 A 酸 (Isotretinoin)

- 羅可坦軟膠囊 (Roaccutane Capsule)
- 作用：適用於傳統療法無效的嚴重痤瘡。改善皮脂分泌，抑制痤瘡桿菌增生，幫助毛囊正常角質化，抑制毛囊發炎反應。
- 常見用法：醫師會根據症狀來調整劑量，通常每日兩次，持續使用 15-20 週。

- 副作用：可能產生乾燥症狀（乾眼症、唇炎、流鼻血、口腔黏膜乾燥、乾燥性皮膚炎）、肝功能與血脂異常（需定期監測）、掉髮、指甲易脫落、血球異常（需定期監測，少見）。
- 注意事項：建議隨餐服用，可增加藥物吸收，避免空腹吃藥。
- 懷孕：X 級。具致畸胎性（胎兒神經發展方面的畸形），女性（生育年齡者）使用前必須做懷孕測試。正在使用口服 A 酸者，不可捐血。
- 哺乳：治療期間不建議哺乳。若欲哺乳，至少停藥一個月後。
- 兒童：低於 12 歲兒童使用的療效及安全性尚未被確立。

總結

青春痘是多因素引起的疾病，平時清潔保養與建立良好的生活習慣可預防青春痘。若覺得發炎紅腫、膿疱嚴重，則需要就醫使用藥物治療。醫師在治療青春痘的時候，會詢問病史，並透過視診、觸診，判斷患者的青春痘種類及嚴重程度，選擇適當的藥物治療，與醫師及藥師溝通合作，正確使用藥物，按時回診，完成療程，才能緩解病情，達到良好治療效果。

參考文獻

1. Brian K. Alldredge, Robin L. Corelli. et al. Koda-Kimble and Young's Applied Therapeutics, 10th edition.
2. Zaenglein, Andrea L. et al. Guidelines of care for the management of acne vulgaris. Journal of the American Academy of Dermatology, Volume 74, Issue 5, 945 - 973.e33
3. IBM Micromedex® DRUGDEX® (electronic version). Truven Health Analytics, Greenwood Village, Colorado, USA. Available at:
<http://www.micromedexsolutions.com/>