

常見用藥 Q&A

問題：

請問酒糟性皮膚炎有哪些治療方式？該如何避免復發？

回覆：

酒糟性皮膚炎是一種常見的慢性皮膚發炎，又稱為玫瑰斑，好發於 30 到 50 歲女性，特別是皮膚白皙、臉部容易潮紅的人。在部分酒糟患者身上，也可能會出現眼睛方面的症狀，像是眼睛紅癢、刺痛、畏光。

酒糟性皮膚炎治療的目標主要方向是避免惡化、控制發炎、及避免復發。對於酒糟的皮膚發紅、敏感，可以透過環境的降溫，像是局部涼敷以及讓皮膚處在比較低溫的環境可以改善；也可透過一些讓血管收縮的外用藥或口服藥緩解皮膚發紅的症狀，而較嚴重整臉潮紅的患

者，也可以考慮用雷射治療。至於如果出現丘疹、膿皰，可能是跟細菌感染、蠕形蟎蟲的感染、加上皮質分泌異常或角質代謝異常有關，所以可能會使用四環黴素類抗生素或是抗蟎蟲藥膏控制感染，也可能會給予口服 A 酸。

酒糟鼻在初期會使用口服 A 酸，但如果比較嚴重則會用雷射或是外科手術來改善外觀。若是有使用口服 A 酸，需特別注意在用藥期間要做好避孕，平時也要特別注意防曬，建議可以選用物理性防曬，例如以氧化鋅為主的防曬乳，並遵循醫師指示定期抽血監測肝功能及血脂。如果出現眼部症狀，如眼睛紅癢、刺痛、畏光等，則會使用溫敷、局部抗生素或是短期的口服抗生素來改善症狀。酒糟是慢性的皮膚問題，治療也會是長期抗戰，因此不要認為一次或單一治療就能完全改善，一定要依照醫師指示將療程完整治療完，不可因症狀看似緩解就輕易自行停止治療。

在皮膚的保養方面，最重要的是防曬，因為陽光曝曬就是一個會惡化酒糟的因子，紫外線也會讓皮膚老化變薄、失去彈性及形成皺紋。臉部清潔也很重要，但要注意酒糟患者在洗臉時避免過度清潔及避免用過熱的熱水，可以用比體溫稍低的冷水洗臉、要避免用粗糙的東西搓臉，也不要一天洗臉超過兩次，並且要使用不含皂的清潔劑，洗完臉後用軟毛巾輕壓吸乾水分、不要擦拭。在保濕方面，因為酒糟患者本身皮膚屏障不完整、皮膚比較敏感脆弱，如果有外來化學性或物理性刺激可能會誘發惡化，因此盡量選擇配方單純、不刺激的保養品，要避免含有香料色素、及使毛孔收斂的成分例如酒精，以及避免化學性去角質成分像是果酸、杏仁酸等，化妝品的部分最好使用礦物質化妝品和無油的粉底、遮瑕膏。整理八個預防酒糟發作的方式如下：防曬、降低身心壓力、避免體溫過高、簡化保養流程、清淡飲食、避免過熱飲料、限制酒精攝取、避免皮膚吹風或過熱的環境。

酒糟性皮膚炎是一種慢性疾病，常會不斷反覆地復發及緩解，因此接受完整治療後，仍有可能會復發。所有誘發酒糟性皮膚炎復發的來源，絕大多數都與刺激有關，無論是來自環境中、情緒和飲食上的刺激都會導致惡化，因此當生活型態遇到刺激時就可能會復發，例如溫度變化太大，過熱或過冷、長期戴口罩造成皮膚悶熱摩擦、遇到風吹刺激皮膚、攝取刺激性像辛辣、調味重的食物、熬夜晚睡、情緒起伏大、陽光日曬等都可能導致酒糟性皮膚炎的復發與惡化。因此生活型態的控制及正確用藥治療同樣重要，酒糟性皮膚炎治癒後做好平時的生活型態管理是預防酒糟復發的不二法門。

參考資料

1. UpToDate: Rosacea: Pathogenesis, clinical features, and diagnosis
2. UpToDate: Approach to flushing in adults
3. UpToDate: Management of rosacea
4. American Academy of Dermatology: 8 tips to

help prevent rosacea flare-ups

藥劑部藥師 陳婕恩

NTUHF