

## 皮膚過敏患者的護理指導

1. 過敏性皮膚炎之種類及出現的臨床表徵：
  - (1) 濕疹：是一種常伴有搔癢感，有丘疹小疱為主的表皮性皮膚炎，會出現在身體任何部位，局部性濕疹在手或腳較為明顯。
  - (2) 藥物疹：通常在使用藥物後一週內發生，會有發亮的紅斑和丘疹、嚴重甚至會出現水疱，且通常以大面積方式出現，由身體軀幹向遠端肢體擴散，停止服用導致過敏的藥物，症狀回明顯緩解。
  - (3) 光敏感症：人體對於光照後所產生的過敏症狀，尤其是紫外線照射或因特殊體質、服用或塗抹光感應性藥物而產生的炎症反應，有刺痛感、搔癢感、紅疹、蕁麻疹、灼傷，或水疱，於夏季最盛行。
  - (4) 接觸性皮膚炎：接觸某種刺激性或過敏性而發生的皮膚反應，有搔癢、紅疹、紅斑、水疱、鱗片脫落或潰瘍，通常急性發作，若重複接觸過敏原可能會變為慢性。
  - (5) 異位性皮膚炎：是一種慢性過敏性皮膚炎，亦對灰塵、花粉、藥物、化學物質、食物、空氣污染產生過敏反應；而摩擦、流汗、氣候變化、疲勞或緊張也是病情惡化的重要因素，有嚴重搔癢、濕疹、水疱且合併有鱗屑和脫皮症狀，手掌和腳掌有明顯的直線條紋，好發於手肘前、臉、頸、上半胸部和脰窩。
  - (6) 蕁麻疹：因食物及藥物過敏而引起局部搔癢性紅疹，有嚴重搔癢、紅斑，病灶從出現到消失過程快速，通常不超過 24 小時，但經常反覆出現。
2. 因藥物或食物引起的蕁麻疹，儘量不要用指甲抓，以免抓傷造成皮膚發炎，可用冰敷或用手輕拍方式減少搔癢，鼓勵攝取液體，促進過敏原排出。
3. 洗澡可選用沐浴油或中性肥皂，可減少刺激皮膚及水份散失，勿使用太熱的水或鹼性肥皂洗澡，避免皮膚太乾燥導致發癢，擦拭時以毛巾輕按吸乾水份，勿摩擦皮膚。
4. 避免接觸過敏原是最好的方式，對化妝品過敏者勿再使用；勿食

用會引起過敏的食物（如海鮮）；對清潔劑等刺激物過敏者，盡量戴手套避免直接接觸。

5. 異味性皮膚炎患者夏天應避免日曬或劇烈運動，應待在有冷氣空調的室內。秋冬溫度下降，皮膚易乾燥，需多塗抹保濕乳液或凡士林。
6. 因注射抗組織胺藥物會有嗜睡現象，需避免從事開車、騎機車等具危險性的機械操作活動，且不可與酒精、鎮定劑及安眠藥一起使用，以免產生加成作用。
7. 避免攝取富含組織胺的食物(如有殼海鮮類、筍、茄、大豆、花生、糯米、牛奶、蛋白等)，以及刺激性食品、飲料(如菸、酒、咖啡、可可、辣椒等)。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康