



酒糟皮膚炎，清熱滋陰法



廖桂聲中西醫師

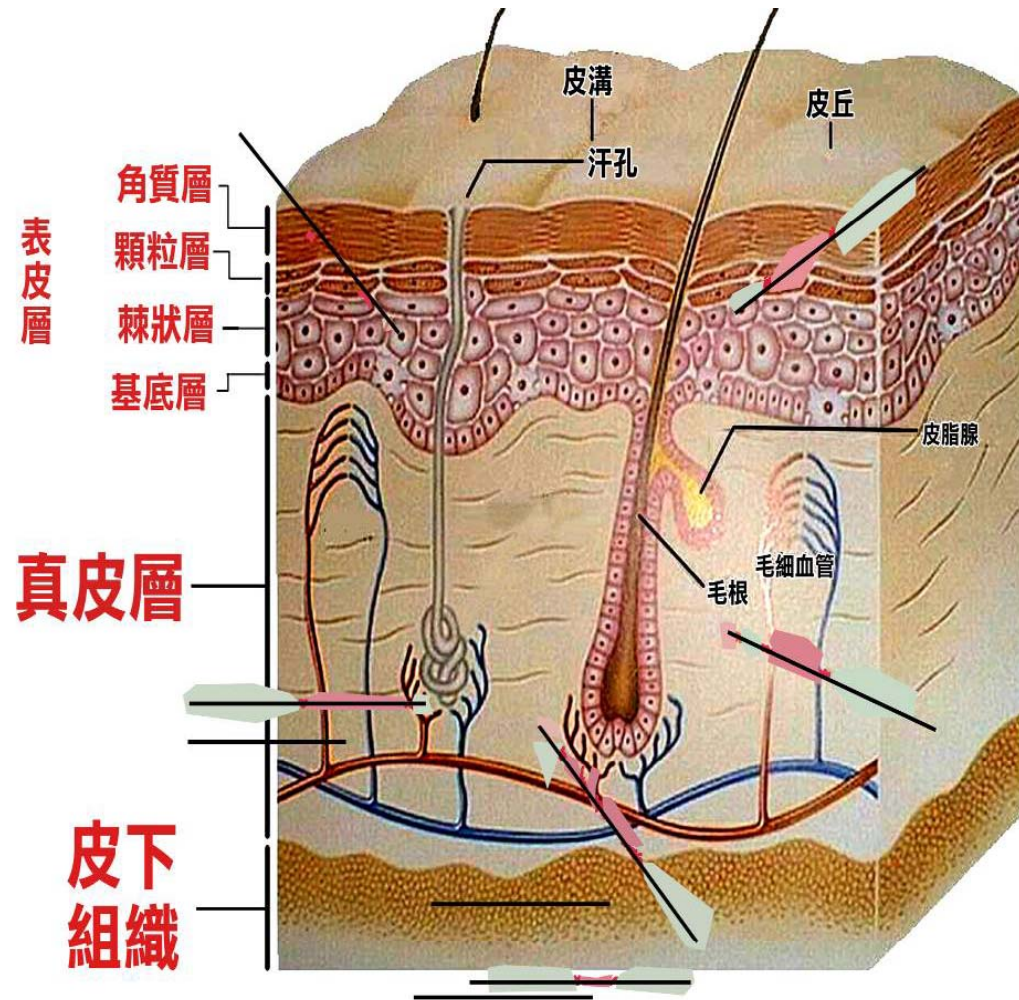
曾任：中國醫藥學院中醫學系 80年6月畢業

1. 西醫師考試及格 81年
3. 醫療職系高考公職醫師科考試及格 82年
3. 中西整合醫學專科醫師甄試合格 87年

現任：

1. 現任桃園廖桂聲中醫診所院長 中西醫師
2. 前台北市立陽明醫學院中醫科兼任主治醫師
3. 前省立基隆醫院中醫部主治醫師及復健科醫師
4. 前中華民國中醫師公會全國聯合會顧問
5. 中華民國中西整合專科醫師
6. 台北市立聯合醫院仁愛院區兼任主治醫師
7. 國立臺灣大學獸醫系擔任中草學課程講師

正常皮膚結構





- 酒糟性皮膚炎定義？

酒糟是一種發生於顏面中部的**前額、鼻、頰及頰部**，以**皮脂分泌亢進、皮膚潮紅臉上泛紅灼熱、毛細血管擴張、並伴有丘疹、膿疱、結節狀增生**為其特點的皮膚發炎疾病。

- 惡化因子如天氣悶熱、陽光曝曬、運動劇烈、壓力大或吃得太熱、太辣、及熱水洗澡等。其發病原因尚未完全明瞭，與**皮脂溢出、面部血管運動神經失調、酒和辛辣食物刺激、冷熱刺激、精神壓力緊張等因素有關**。愛吃燥熱辛辣物 酒糟會讓你難看



愛吃燥熱辛辣物 酒糟鼻會讓你難看酒糟鼻又名酒渣性痤瘡、酒渣性皮膚炎、玫瑰痤瘡、。中醫稱為"酒齶"、"鼻齶"、"赤鼻"。

- 從酒糟鼻治療難纏的皮膚病，臨床上有不少患者來診抱怨**臉部潮紅紅腫**、毛細血管擴張性紅斑，除了皮膚的發炎之外，**還有體質敏感-免疫疾病**，有時還會有膿皰的生成，刺激該處皮膚長出一粒粒彷如青春痘的丘疹和膿皰，常在飲酒或進食刺激食後、外界溫度變化(日曬)時以及精神緊張時加重。
病大多數與精神因素(情緒憂鬱、緊張、焦慮、激動等)有關



皮膚小知識

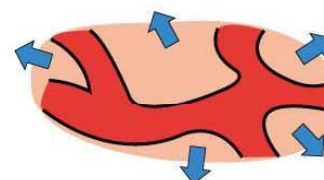
酒糟膚質的成因



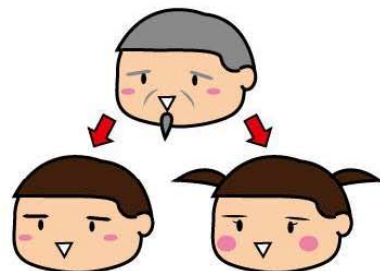
過度日曬、酒精、風吹、抽菸、壓力、高溫或低溫



長期使用含類固醇的保養品、藥品



跟血管變化、精神情緒等因素有關



家族先天體質的遺傳



太過刺激的保養品



泡溫泉、蒸氣浴等，甚至激烈運動。

青春痘酒糟鼻竟是蟎作怪

寄生皮膚毛囊 一院有半數醫師受苦



徐世達醫師說，久治不癒的青春痘、皮膚炎，可能是毛囊蟎作怪。 方萬民攝

三軍總醫院皮膚科主任趙昭明表示，毛囊蟎、座瘡桿菌、金黃色葡萄球菌是臉上常見的三種細菌，毛囊蟎在季節交替時，很容易造成宿主皮膚、眼睛搔癢，過敏體質者可能會屢治不好，保養之道就是減少接觸地毯、窗簾，並適度清潔皮膚，減少毛囊蟎繁殖。

適度清潔減繁殖

徐世達說，院內有一名醫師臉上長期濕疹，一驗之下也發現臉上長滿毛囊蟎，進一步測試院內醫師，發現約半數醫師的臉上有毛囊蟎寄生；他懷疑，許多異位性皮膚炎、脂漏性皮膚炎、青春痘患者擦藥都治不好，可能都是毛囊蟎引起，氣喘者還可能因毛囊蟎刺激誘發發作。

徐世達長年飽受異位性皮膚炎所苦，鼻翼兩側總是紅紅粗粗的泛油光，而且一到晚上更癢得想搓，他兩個月前閱讀毛囊蟎報告後，好奇之下，以透明膠帶黏貼鼻翼後放顯微鏡一看，竟發現密密麻麻的八腳蟎，才驚覺原來是毛囊蟎作怪，而非單純異位性皮膚炎問題。

恐導致氣喘發作

徐世達長年飽受異位性皮膚炎所苦，鼻翼兩側總是紅紅粗粗的泛油光，而且一到晚上更癢得想搓，他兩個月前閱讀毛囊蟎報告後，好奇之下，以透明膠帶黏貼鼻翼後放顯微鏡一看，竟發現密密麻麻的八腳蟎，才驚覺原來是毛囊蟎作怪，而非單純異位性皮膚炎問題。

徐世達長年飽受異位性皮膚炎所苦，鼻翼兩側總是紅紅粗粗的泛油光，而且一到晚上更癢得想搓，他兩個月前閱讀毛囊蟎報告後，好奇之下，以透明膠帶黏貼鼻翼後放顯微鏡一看，竟發現密密麻麻的八腳蟎，才驚覺原來是毛囊蟎作怪，而非單純異位性皮膚炎問題。



蟲蟲危機

「許佳惠／台北報導」異位性皮膚炎、久治不癒的青春痘，可能都是塵蟎惹的禍！馬偕醫院發現，有三成至五成的成年人臉上有塵蟎寄生，塵蟎尤其愛藏在臉上T字部位毛囊裡，長期刺激皮膚造成發紅、酒糟鼻，甚至引發氣喘發作，提醒有久治不癒的青春痘、皮膚炎，都要懷疑毛囊蟎在作怪。

毛囊蟎小檔案

資料來源：徐世達醫師

特性 寄生毛囊與皮脂腺塵蟎，又名眼線蟲，以皮脂細胞為營養源。

分布位置 人臉T字部位、鼻翼兩側、乳頭、胸、頸等處。

孵化周期 2周，成蟲夜晚跑到皮膚上交配再退回毛囊，將卵存在毛囊或皮脂腺。

傳染途徑 接觸傳染，例如接吻、枕頭套、洗臉毛巾等。

感染症狀 無自覺、局部輕微癢感、感染處皮膚呈現紅點、暗瘡、瀰漫性血管擴張、酒糟鼻、青春痘反覆發作。

危險性 長期刺激誘發過敏性氣喘與鼻炎。

治療與建議

▶ 每天2次以嬰兒肥皂和溫水洗臉。

▶ 每周1次，以75%藥用酒精塗抹停留5-10分鐘殺蟲。



圖為毛囊蟎。徐世達醫師提供

徐世達說，毛囊蟎除了分布在臉上T字部位外，也可能寄生在乳頭、胸、頸等處，幼年感染者可能一輩子無法擺脫毛囊蟎，且會藉由毛巾、枕頭套、接吻等方式傳染。要除蟲除害，必須每天兩次以溫水和嬰兒肥皂洗臉，每周一次以藥用酒精塗抹停留五到十分鐘殺菌，約要半年以上才能完全制菌。

每年五月的第一個禮拜二為世界氣喘日，今年為五月二日，台灣氣喘衛教學會將在四月三十日於信義新光香堤大道舉辦免費過敏檢測，居家塵蟎濃度測試等活動，讓民眾對氣喘有更進一步的認識。



十五世紀義大利畫家多梅尼哥·基爾蘭達約 (Domenico Ghirlandaio) 所繪製的《一個老人與他的孫子》顯示了肥大型酒糟鼻對皮膚造成的損害^[1]



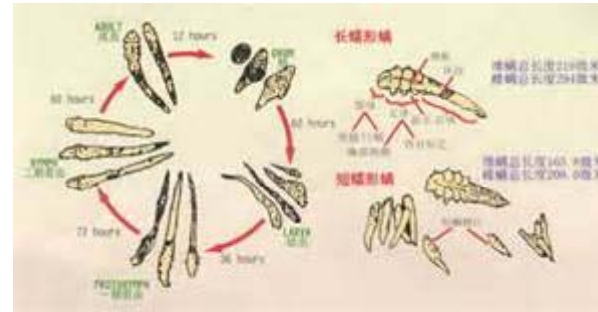
肌膚泛紅？主因為皮膚發炎了

皮膚泛紅有兩大成因，其一為先天皮膚較薄者，底下的血管看來較明顯而看起來泛紅；其二則是皮膚反覆發炎（濕疹、異位性皮膚炎、酒糟性皮膚炎……等），當肌膚發炎時因血管要輸送修護養分會長出許多新生血管，若新生血管沒有退去就會變成持續性泛紅。

Rosacea



COURTESY OF INTERACTIVE MEDICAL MEDIA LLC



Kavanagh博士表示，皮膚會因年齡、壓力、或疾病而有所改變，有時會讓毛囊蟲數量增多。研究顯示，酒糟性皮膚炎患者皮膚上的毛囊蟲比其他人多了10倍以上。當這些塵蟎死掉，會將細菌釋放到皮膚裡，導致皮膚發紅和炎症免疫反應。

酒糟性皮膚炎是一種慢性反覆發作的皮膚病，原因不明。不過像毛囊?阻塞毛細孔、交感神經亢奮、遺傳、情緒壓力、荷爾蒙、熬夜、使用刺激性的化妝品及類固醇、愛吃烤炸辣或太燙的食物、長期酗酒、日曬、吹風或劇烈運動等，都有可能是誘發原因，氣溫過冷或過熱時，酒糟性皮膚炎的患者也有增多的趨勢。

酒糟性皮膚炎惡化因素



4m 東方日報 即時新聞 on.cc 2008年3月19日 星期三

以為清潔毛孔 產生穿絲襪效應 蒸臉血管擴張 酒渣鼻惡化

臉如發燒 驚現鴛鴦紅

玫瑰瘡瘡會導致鼻子微絲血管浮現。右圖：余小姐表示，未做激光治療之前，左右面頰出現鴛鴦紅色。

【本報訊】三十八歲患有玫瑰瘡瘡的余小姐任職航空公司地勤人員，自廿歲開始臉有紅光，她說，一直誤以為自己「白裏透紅」，至六年前臉上每日長出三、四粒疑似暗瘡的粒粒，也不知患上皮膚病，美容院美容師還指她皮膚油脂分泌多，「污糟」，她聽從勸說多做蒸臉清潔，結果一個月後病情惡化，小瘡變成大瘡丘，臉頰如發燒般火熱，左右面頰甚至出現鴛鴦紅色，最終要向皮膚科專科醫生求助。

余小姐說，當初看到生瘡的小部分皮膚發紅，以為只是暗瘡及黑頭，遂每星期做一次美容蒸臉，希望可清走「暗瘡」，怎料兩至三日後瘡瘡重現，臉頰如火燒，左右面頰呈鴛鴦紅色。她向皮膚科醫生求診後，服食四個月口服抗生素及進行激光治療，情況好轉。

長期化妝再惡化

余小姐於○三年底結婚，因長期化妝遮蓋毛孔，令病情再次惡化，並因計劃懷孕而轉用不影響胎兒的抗生素，但病情不穩定；至○五年，她接受激光治療，現時臉頰已看不到浮現微絲血管，她亦聽從醫生建議，只採用含有可冷卻皮膚的「氧化鋅」化妝品，免皮膚受刺激。

皮膚科專科醫生何天儀指玫瑰瘡瘡常被誤以為暗瘡、皮膚敏感或濕疹。（梁耀榮攝）

激光治療

喜 歡扮靚動做美容的女士，可能反招來爛臉惡果！有皮膚科專科醫生指，女士常以熱水洗臉或常做美容蒸臉，熱力會令臉部皮膚血管擴張，令潛藏隱疾「玫瑰瘡瘡」惡化，加深病情，出現臉紅發熱，微絲血管浮現，皮膚增生，繼而長出大批紅瘡。醫生呼籲，市民應以凍水清潔皮膚，並不要使用含酒精及刺激性的護膚膏及化妝品。

玫瑰瘡瘡又名成人暗瘡，俗稱「酒渣鼻」，是一種常見的遺傳性皮膚病，患者臉頰會不時感到發熱及潮紅，甚至長出大片瘡丘，通常由臉部中央，逐漸伸延至雙頰、前額及鼻子，潮紅有時亦會蔓延至眼、耳、胸及背部，但玫瑰瘡瘡與暗瘡不同，不會長出黑頭及毛孔閉塞。

皮膚科專科醫生何天儀表示，玫瑰瘡瘡患者，皮膚通常屬敏感缺水類型，油脂分泌會大量增加，因皮膚變厚，毛孔變粗並血管增生，出現如豆般凹凸不平，最終演變成「酒渣鼻」。何續指，患者有兩至五成機會出現角膜炎等眼部不適，而喝酒及進食刺激性食物後，臉頰更會感到被火灼般不適。

何天儀指，玫瑰瘡瘡求診者中，女與男比例為三比一，三十至五十歲女士佔三成，女患者泛紅部位多是臉頰兩旁，男性則為鼻頭。她說，許多人將瘡瘡誤當成暗瘡，以為用熱水動清潔或蒸臉，可藉熱力打開毛孔，有效清潔臉上油脂，但這樣反會令病情惡化，因患者微絲血管十分活躍，容易擴張，熱力會令血管永久擴張，如絲襪穿著後一樣不回復彈性，患者應避蒸臉，用熱水洗面及進行高溫瑜伽等運動。

抗生素彩光可治

此外，患者有時被誤診為皮膚敏感或濕疹，獲處方類固醇治療。何天儀說，類固醇能暫時控制瘡瘡生長，但長遠會令骨膠原減少，令皮膚及血管變薄，一旦停食，病情會惡化，更難治愈；患者可使用口服抗生素、抗生素藥膏，或進行激光及彩光治療，彩光可將血色素吸收令血管收縮。

■記者陳光豪



酒糟性皮膚炎病因

酒糟性皮膚(紅臉症)的病因分類		
種類	原因	所佔比例
1. 皮膚脆弱受損	先天皮膚白皙、生理機能薄弱、皮脂膜形成不良。 長期使用果酸、A酸、類固醇藥物、過度雷射換膚導致皮膚受損、變薄、脆弱而造成。	40%
2. 皮膚敏感發炎	許多發炎性皮膚疾病，像是濕疹、脂漏性皮膚炎、異位性皮膚炎、接觸性皮膚炎。	30%
3. 酒糟性皮膚炎 (真酒糟)	體質性的血管皮脂腺敏感發炎(酒糟) 目前還疑與血管結締組織的肉芽腫免疫反應相關。	20%
4. 本態性微血管擴張症	(原發性)毛細血管擴張症原因不明。 (繼發性)毛血管擴張常見於長期接觸日光而引起的慢性光線性皮炎，或長期接觸風、冷、熱的海員、炊事員、農民和運動員等。	15%
5. 交感神經、內分泌型	□□□	30%

Visual Dermat. 日本京都大學2005年統計資料

不是青春痘!! 了解酒糟性皮膚炎 三階段

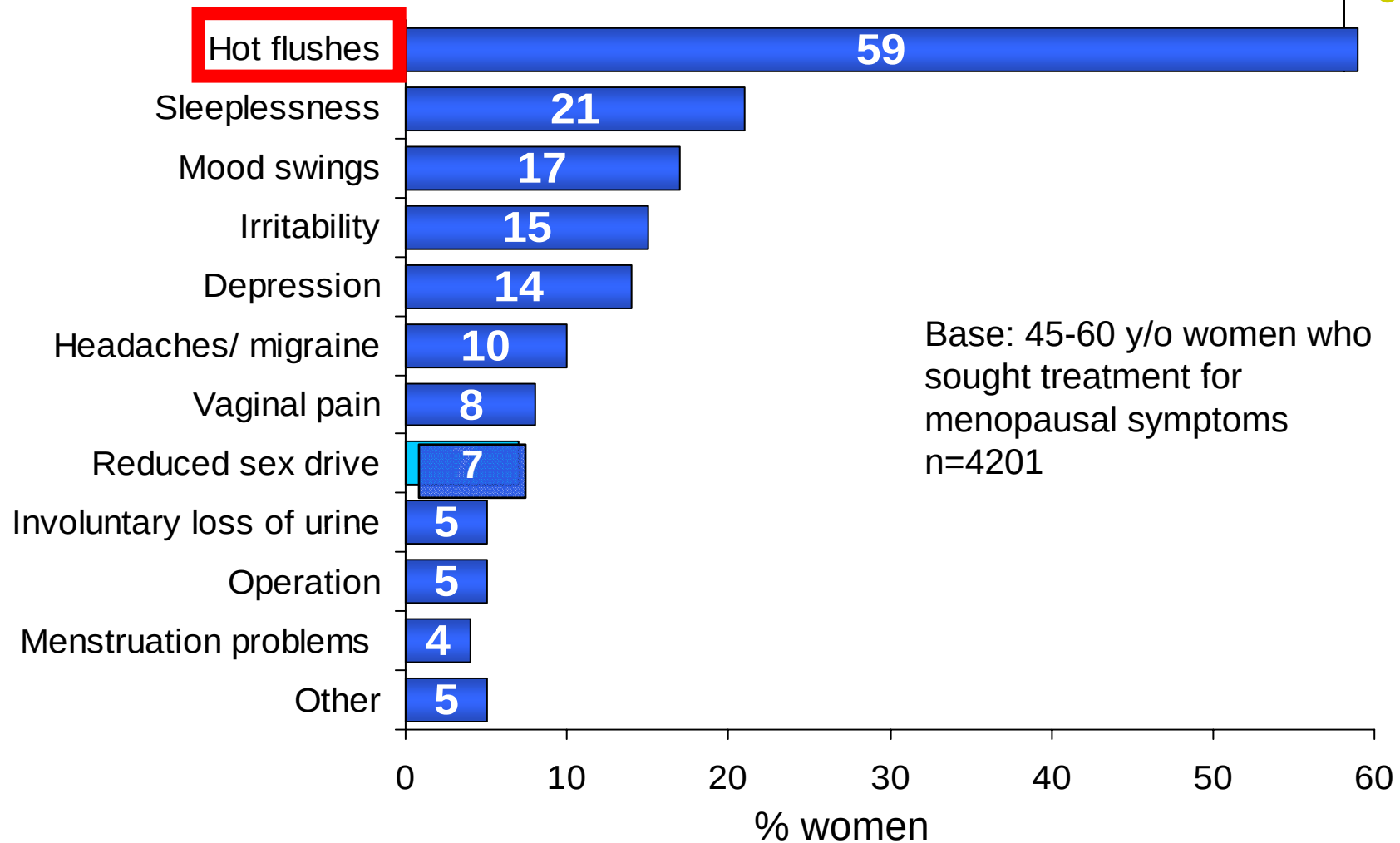


- 酒糟性皮膚炎的麻煩之處，在於其初期病症容易跟相關皮膚疾病混淆，一般醫界把酒糟性皮膚炎分成三個階段，分別是：
 - ◎1. 紅斑期-鼻部泛油光，同時浮現紅斑，時隱時現，不少患者一開始以為是臉部清潔沒做好，或是去藥局購買藥膏擦拭，但適得其反，反而讓病情愈來愈嚴重。
 - ◎2. 丘疹膿皰期-到此階段，紅斑就不再「若隱若現」了，而是持久性的浮現，紅斑上也會出現丘疹或膿皰，大小甚至可以到黃豆那麼大。此階段毛囊口也會增大，同樣會被患者誤認為是青春痘。
 - ◎3. 鼻贅期-酒糟性鼻炎的第三階段。鼻部皮脂腺、結締組織大量增生、同時纖維化的關係，讓鼻子前面就像頂了一坨球一樣，鼻尖鼻翼也會肥大。不少患者在此階段都相當困擾，除了生理的不舒服外，對於社交也有很大的影響呢!!



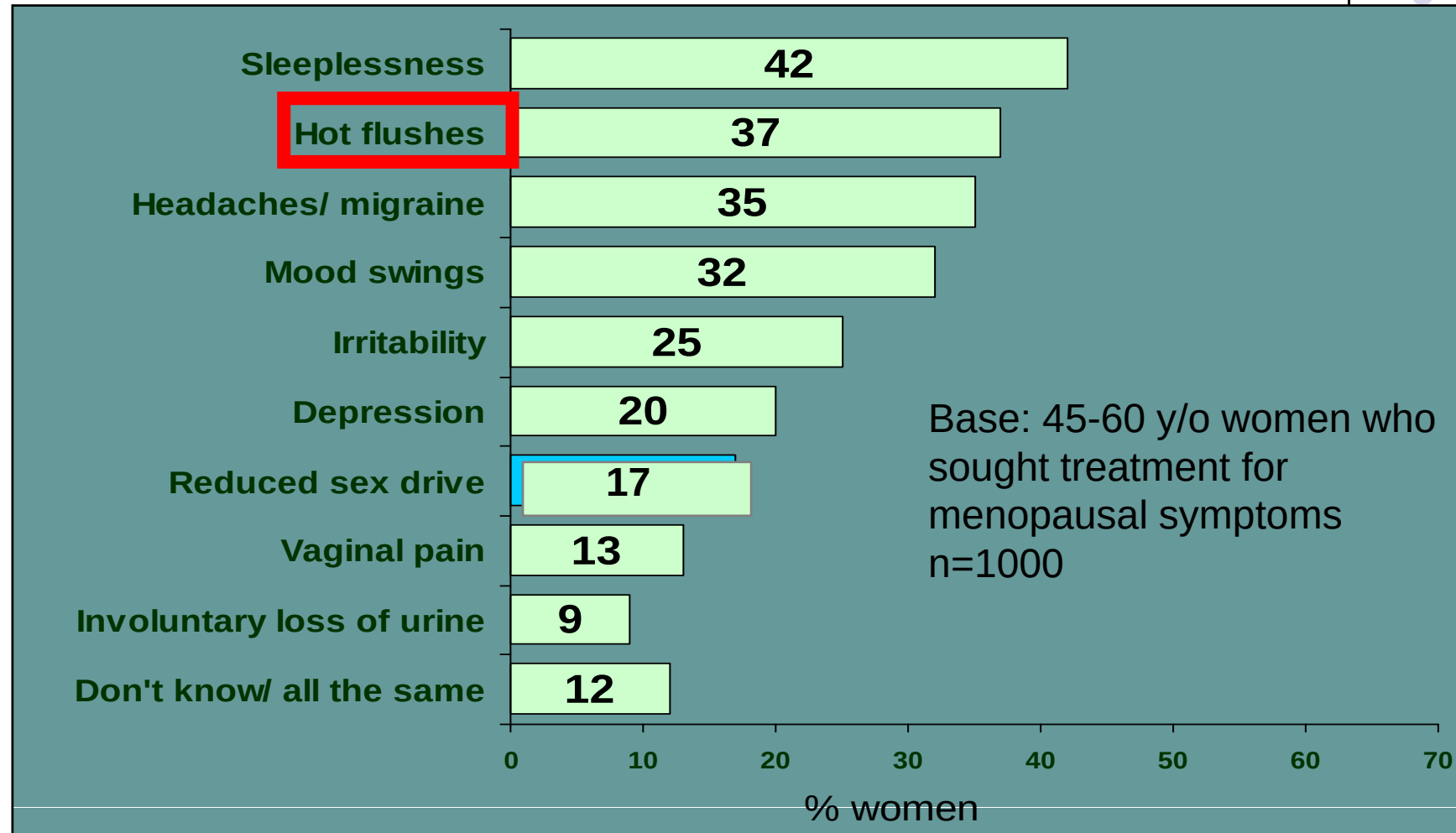
- 反覆性、慢性兩大特質，道盡了酒糟性皮膚炎的特色，因為血管擴張造成臉部泛紅，一般人在一段時間就會恢復，但是…酒糟性皮膚炎患者的血管擴張太久，進而造成組織液的滲出，這些組織液會刺激患者皮膚，讓患者長出膿疱或丘疹。也有患者的眼睛受到影響，容易泛淚跟充血而酒糟性皮膚炎還有另外一特殊現象，就是男性如有此病症，常常比女性嚴重，但是女性患病率卻多於男性。

EUROPE



The European Menopause Survey 2005: women's perceptions on the menopause and postmenopausal hormone therapy.
Genazzani AR, Schneider HP, Panay N, Nijland EA.

ASIA



Huang KE, Xu L, INN, et al. The Asian Menopause Survey: knowledge, perceptions, hormone treatment and sexual function. Maturitas 2009 Dec 15.

酒糟鼻在皮膚科專業學術演講

98.11.08.



前總統柯林頓的酒糟鼻

台灣中醫皮膚科醫學會第2屆第1次會員大會暨學術研討會

時 間：98年11月8日（星期日）上午09:00-12:30（08:30報到）

地 點：天成大飯店2樓倫敦廳（台北市忠孝西路1段43號）

報名費：200元。本會會員含4點積分優待合計200元，非會員含4點積分500元。

報名繳費：請利用郵政劃撥，帳號50009632，戶名：台灣中醫皮膚科醫學會。

時 間	研 討 主 題	主 講 人	簡 介
08:30~09:00	學術研討會報到，領取資料		
09:00~09:10	研討會開幕，主席致詞	賴鎮源理事長	
09:10~10:00	管窺異位性皮膚炎	郭嘯天理事長 中國鍼灸學會名譽理事長	
10:10~11:00	美女的夢魘-酒糟鼻	廖桂聲醫師 台灣中醫皮膚科醫學會常務理事	
台灣中醫皮膚科醫學會第2屆第1次會員大會			
11:00~12:00	會員大會及改選理監事	賴鎮源理事長	
12:00~12:30	第2屆第1次理事、監事會議		
12:30~14:00	會員暨來賓聯歡餐會		

台灣中醫皮膚科醫學會第2屆第1次會員大會暨學術研討會回函 981108

醫師姓名	身分證字號	通訊電話
通訊地址		
出席大會	☐ 出席會員大會（ ☐ 單 ☐ 雙） ☐ 不克出席	
中醫積分	☐ 中醫師繼續教育證書製作費4點（未會會員優待合計200元，非會員500元） ☐ 不申請 午餐： ☐ 單食 ☐ 素食	
為方便作業，請於10月29日前將報名表及匯款單據（郵政劃撥：50009632）， 回傳（傳真：02-29436222）或郵寄（234台北縣永和市民權路8號）至台灣中 醫皮膚科醫學會（電話：02-29418857）。		

* 凡參加大會會員贈送「中西醫病症診斷與治療」乙書，敬請踴躍出席。
* 歡迎非會員加入本醫學會。



圖1：紅斑期。鼻部以紅斑為主，油膩光亮，紅斑時隱時顯。

圖／廖桂聲醫師提供



圖2：丘疹膿皰期。紅斑持久不退，紅斑上可出現丘疹或膿皰，從針頭到黃豆大小都有，毛囊口擴大，容易被誤以為是青春痘。

圖／廖桂聲醫師提供



圖3：鼻贅期。鼻部皮下組織纖維化，局部皮脂腺和結締組織增生，鼻尖、鼻翼肥大，形成大小不等的結節狀隆起，表面凹凸不平，形成鼻贅。

圖／廖桂聲醫師提供



判斷錯誤，愈治療病情愈糟糕？酒糟性皮膚症狀誤解

- 誤以為是青春痘-反覆發作的情況下，讓一些患者以為自己最近作息沒調好而長青春痘，於是前往藥房買藥膏擦，殊不知愈擦效果愈不佳，到了病情更加惡化才知道是酒糟性皮膚炎。

◎誤擦異位性皮膚炎 濕疹含類固醇等治療的副作用-外用含類固醇，或許病症在「短期」會有所好轉，不過藥效一過，酒糟會更嚴重，這也是現代人得藥物性酒糟的比例愈來愈高的原因。但長期而言對患者都有不良影響，甚至影響女性的生理，絕對是愛美人士的一大噩夢。

酒糟性皮膚炎、青春痘傻傻分不清？醫師 教您辨別竅門

- 酒糟皮膚病變就有很多類型，不單患者本身常常在初期混淆，甚至連不少醫生都會判斷錯誤，以下就是各類酒糟性皮膚炎的症狀鑑別：
- ◎1. 毛囊炎-患者不會有粉刺現象，但是四肢軀幹會有膿腫、丘疹以及留下難看的疤痕，膿液中也會有細菌。軀幹、四肢、臉部皆有。丘疹、化膿、囊腫、留疤痕。**無粉刺。從膿液培養出細菌。**
- ◎2. 類固醇酒糟-常跟酒糟鼻混淆，服藥後發作。也被稱做痤瘡樣藥疹，會產生出強烈的癢感。
- ◎3. 青春痘-最常見的症狀之一，會出現黑白頭粉刺、嚴重者會化膿，甚至滿臉疤痕等情況。
- ◎4. 酒糟性皮膚炎-臉部為主要發作區，嚴重者會有結締組織產生的贅鼻，不過不會產生劇癢感。主要發生在顏面部、皮膚潮紅、灼熱感、毛細血管擴張、並伴有丘疹、膿疱、結節狀增生。**但不癢感。囊腫或留疤痕。**

酒糟性皮膚炎、青春痘傻傻分不清？醫師 教您辨別竅門

- ◎5. 異位性皮膚炎-有先天過敏性鼻炎病史、以及過敏體質，也容易氣喘，會產生紅疹、脫屑或紅斑，長期反覆發作。四大特徵：（1）**臉部、四肢**皮膚過於乾燥異常劇癢。（2）長期慢性反覆發作。（3）先天體質好發氣喘病，或有過敏性鼻炎之病史。（4）皮膚病灶，一般初發在三、四個月的幼兒，小水泡、紅斑、紅疹及脫屑、局部皮膚肥厚變粗糙或魚鱗癬樣病變。
- ◎6. 紅斑性狼瘡-臉頰處有紅斑，常見情況是產生出蝶狀紅斑。面頰部紅斑，典型者部有蝶狀紅斑。ANA抗體。DNA抗體。

酒糟性皮膚炎的兩大難題，複雜的成因與誤診

- 誤診-不少醫生對於此類病症的誤診，像是脂漏性皮膚炎跟酒糟性皮膚炎的混淆，也有醫生誤以為是過敏濕疹，一但判斷錯誤，給予的治療會讓病情加重，無異於飲鴆止渴呢!!
- ◎混合型病症-之所以會誤判，其實跟酒糟性皮膚炎本身的複雜性有關，雖然一般是分成五種，但是血管受到刺激的原因其實相當多，每個人體質有別，更讓醫生判斷上增添困難。有時候病情惡化也可能產生複合性的病症，大大考驗醫生的醫術、以及患者本身是否細心。

酒糟治療的雙面刃，小心類固醇藥膏的反效果



- 不過…酒糟鼻、酒糟性皮膚炎雖然成因未有定論，但醫學的進步，不讓「治療」不再問題，常見微血管擴張的問題，也能藉由染料雷射，都是控制酒糟的方式。微血管擴張的問題，也能藉由染料雷射之助控制，當然，最好的方式還是調整體質，讓酒糟鼻不再那麼容易復發，才是減少「紅色警報」的最好方式。然而，醫生要在這裡提醒大家，常見的皮膚科醫師會使用類固醇藥膏，儘管開藥時會使用溫和的藥膏，初期確實也有效的收縮血管，進一步達到減少皮膚潮紅的情況。不過，要是效用達到後，應該漸漸轉為口服藥跟外用藥膏。但是…類固醇藥膏使用久了會造成血管的彈性疲乏，患者會發現自己的「紅色警報」將不再消退，當警報成為常駐…誰還有信心出門呢？

「美國仙丹」不是萬靈藥，小心擦成 月亮臉



- 隨著醫學新知的累積，類固醇的「美國仙丹」之名也逐漸遭人質疑，使用類固醇勢必面臨一些副作用，為什麼醫師一再呼籲「不要使用類固醇治療酒糟」呢？這當然是有醫理上的考量，以下為您介紹。
 - ◎對於抗發炎的效果良好 類固醇對於消炎方面的效果非常好，一般給藥途徑分別在口服、注射、鼻噴劑、外用藥膏四種。也因為其消炎效果好而贏得「美國仙丹」之名。
 - ◎副作用大
類固醇在台灣常有濫用的情況，像是口服、注射，容易造成「月亮臉」、「水牛肩」、「血糖控制不良（因為類固醇會讓血糖升高）」、「骨質酥鬆」、「青光眼」等問題，儘管類固醇也經由改良以「外用」減少吸收的方式，但臨床研究也發現，一天只要吸收5公克的類固醇達2周，身體的腎上腺皮質素就會被抑制，也會導致月亮臉、骨質酥鬆等情況。而實務上，確實有病例是患者使用類固醇藥膏並以保鮮膜包住造成上述情況，所以不是「西來仙丹就是萬靈藥」，無論是美國仙丹、中國仙丹，使用**類固醇就可能產生副作用！！**

「美國仙丹」不是萬靈藥，小心擦成月亮臉



- ◎購買方便

依據美國Stoughton-Cornell分類類固醇總共有「7級」，強度從第一級到第七級由超強到極弱，在美國，藥局只能買到第七級（極弱），讓民眾可以用來治療蚊蟲叮咬，不過台灣的藥局因為法制沒有嚴格制定的關係，可以買到4~6級的類固醇外用藥，民眾缺乏對類固醇的概念卻只看到類固醇「短時間」的療效，可想而知…級數愈低（1~2級）的效力就愈強，但是沒多久就發現病情似乎愈來愈嚴重，酒糟性皮膚炎患者甚至發現整張臉有惡化的趨勢，如果是孕婦患者更可能對胎兒造成影響。也有患者造成血管擴張、皮膚萎縮的情況。醫師也提醒各位朋友，購買藥膏前最好還是詢問專業醫師，免得愈擦愈嚴重呢。



- 清熱藥

- 一、清熱瀉火藥

- 石膏、知母、蘆根、梔子、天花粉、淡竹葉。

- 二、清熱燥濕藥、

- 黃芩、黃連、黃柏、苦參、龍膽草。

- 三、清熱涼血藥

- 生地黃、牡丹皮、赤芍、玄參、紫草、水牛角。

- 四、清熱解毒藥

- 金銀花、連翹、蒲公英、穿心蓮、青黛、
魚腥草、射干、山豆根、馬勃、馬齒莧、
白頭翁、秦皮。



清熱燥濕藥

- 1. 黃柏：芸香科。苦、寒。入腎、膀胱、脾經。瀉火解毒、清熱燥濕、瀉腎火。具有獨特的芳香味，富含維他命B群，可以修復神經、組織與器官的受損
- 2. 黃芩：唇形科。苦、寒。入肺、脾、胃經。清熱瀉火、清熱燥濕、清熱安胎、清熱止血 能直接擴張血管，有降壓作用
- 3. 黃連：毛茛科 是天然抗生素，具很好的殺菌功用。
功效：毛茛科植物，具抵抗細菌、病毒與其他微生物所感染的各種發炎現象，其具特殊的神效
- 4. 苦參豆科植物具有豐富的消炎、修復與強化組織的作用，可治療任何皮膚的病變



清熱滋陰藥

- 1. 知母：百合科。苦、寒。入肺、胃、腎經。清熱除煩、滋陰潤燥。可幫助擴張冠狀動脈，增加血流量，提高心肌耗氧量，並具有降壓作用 具鎮定調節、減輕壓力功能，以及具有抗菌功能。
- 2. 梔子：茜草科。苦、寒。入心、肺、肝、膽、三焦經。清熱除煩、清利濕熱、涼血止血。
- 3. 大黃蓼科植物，具消炎、修護、強化組織與排毒的優越奇效但在劑量上必須拿捏到恰到好處，必可發揮驚人的效果，又因每個人的體質不同，所以使用的劑量，亦因人而異，絕非千篇一律



- 知母、人參、地黃」其成份含「皂苷」、「草本的幹細胞刺激生長因子（Herb-derived Stem Stimulating Factor；HSSF）」、「多醣體、強心配醣體、黏液體、菸鹼酸、鈣、鈉、鎂、鐵、銅、錳鋅」，其功能如下：
- 1. 皂苷具細胞毒性（cytotoxicity），可抵抗病毒細菌微生物的感染，且含Polypeptide可以調節免疫與發炎反應。
- 2. 草本的幹細胞刺激生長因子（Herb-derived Stem Stimulating Factor；HSSF）可促進幹細胞的增殖且能增進在皮膚、神經、胰島或心肌中的幹細胞的增殖與成長因而取代老化的細胞進而修復組織和器官的功能。例如：心肌梗塞腦中風甚至是陽痿等血管性疾病若是這些組織和器官受到破壞時（HSSF）可強化幹細胞的增殖與成長修復遭受破壞的組織縮短疾病的進程甚至可以完全痊癒

許達夫－感謝老天，我活下來了



- 「黃柏、知母、黃連、大黃、黃芩、梔子」其色皆黃且富含多種類黃酮素、維他命B群、葉酸、葉黃素，確有強化免疫系統的功能，故有豐富的消炎、修復與強化體質的作用。

周禎祥-張仲景藥物學

病例介绍，家庭主婦隱而未宣的 酒糟困擾



- 酒糟性皮膚炎病例，下面就來介紹其中兩例，因為不少患者都有類似的情況，各位朋友也不妨參考看看!!
這位病患A小姐(化名)，是一名家庭主婦，平常因為失眠關係有服用西藥的習慣。看診前突然發現臉部充滿紅、腫現象，同時有癢刺感跟灼熱感，甚至出現了膿皰跟紅色丘疹，C小姐一開始以為是青春痘(痤瘡)，由於外貌的改變讓C小姐心裡也產生影響，覺得出去影響觀感，心情也因此浮躁不已，對於自己的外表感到自卑，羞於跟親友相處，進一步影響到日常社交。一開始C小姐以為是自己身體不好、火氣大所造成長痘痘的現象。但是…時間一長C小姐就覺得不太對勁了。除了痘痘擦藥擦不好外，塗抹藥膏也一直沒有效果，找上診所才發現自己得的是「酒糟性皮膚炎」。後來經過醫師的診斷，須以「滋陰肝腎，清熱瀉火」的方式應對，所以醫師以中藥的方式治療，並開給C小姐處方，苦參、大黃、甘草、黃連，黃柏、知母、生地黃、地骨皮、黃芩、梔子，淬取。同時在心理上也做好建設，雙管齊下，C小姐的症狀也逐漸得到控制，總算也恢復自信，跟人交流也不再自卑，就醫者來看，沒有比這更理想的狀況呢!!

醫師建議，患者應注意日常生活的養生保健方法，以減少病情的變化：



- 1. 加強皮膚鍛鍊，**多運動、適當的流汗**。
- 2. 飲食上更應該忌口，避免辛辣、酒類、油炸食物、蔥、蒜、肉類等、花生、茄子、筍子、荔枝、芒果、龍眼肉、杏仁、桃子、李子、蝦子、蟹類、等容易誘發乾癬的食物。
- 3. 避免勞累、熬夜晚睡、調節情志，免受情緒壓力之過度刺激



- 4. 熱食、辣味食物，都是皮膚發紅的因子之一，原理也很簡單，這些食物都會刺激血管，而不少年輕人喜愛的「麻辣鍋」，更是兩者兼具，除了容易因為一時放縱攝取過多的熱量外，也會因為熱、辣因素誘發疾病，也有相關學者表示吃太多麻辣鍋容易傷胃致癌，淺嚐即可，不能多吃。
 - ◎ 清潔不宜過度，使用洗面乳、化妝品也要注意，是否內含刺激性物質。
 - ◎ 身心平穩，心情的過度起伏都會影響病情。



- 包含現代人常過度攝取的糖分飲料、油炸碳烤食物，以及容易攝取過多熱量跟脂肪的麻辣鍋。水果方面如荔枝、龍眼、榴槤、芒果等…都很容易上火。「上火」的食物是關鍵，有咖啡因的食物、油炸物、刺激性強的食物，這都會影響到肌膚。患者宜適量攝取，其他不良作息如嗜酒、熬夜、過度的日曬，以及抽菸，或是情緒頻繁的極度起伏，都容易誘發酒糟性皮膚炎。讓身心平穩，才是打敗酒糟性皮膚炎的長久之計。



排除主要誘發因素酒糟鼻不易上臉

台灣新生報

2011/03/21 00:07 【記者李叔霖／台北報導】

酒糟鼻是鼻子及周圍出現鮮紅色斑點，逐漸變成暗紅色的病症。**桃園廖桂聲中醫診所 院長廖桂聲 表示，病症多因飲食習慣不良、熬夜晚睡、情緒不穩定、長期便秘及受到熱刺激等五大因素所造成**，好發生於中年人身上。

廖醫師指出，飲食習慣不良的人，往往把過多的糕餅、精製食糖、巧克力及高熱量食品吃下肚，又愛吃油炸類或重口味類的食物，這些食物通常會促使油脂分泌更旺盛，以致於造成脾胃濕熱而誘發。

廖桂聲醫師指出，晚上十一點至凌晨三點為人體肝經、膽經循行的時間，也是臉部美容的時刻，常常晚睡、熬夜的人身體受到很大的影響，以致於引起酒糟鼻。

壓力和憂慮引起情緒不穩定也是臉部肌膚的大敵，因為情緒不穩定容易造成經絡循行混亂，尤其是肝經、膽經等經絡；長期便秘的人，受到餘熱留戀、耗傷陰液所影響，體內毒素刺激會導致皮膚發疹、引起酒糟鼻；陽光曝曬、天氣悶熱、洗熱水澡、吃太熱或辛辣類食物也是誘發原因。

廖醫師強調，酒糟鼻屬於體質變化，除皮膚發炎外，還有血管擴張或敏感等情形發生，有時候還可能帶有膿皰，皮膚沒好好保養情況恐怕會愈來愈糟，甚至反覆地發作。



- 外敷**以白芨、苦蔘根、珠貝母之類**，自然、天然的概念應對酒糟性皮膚炎，「玫瑰紅舒緩乳霜」就是很好的治療方式，配方含有白芨、苦蔘根、貝母等成分，除了不含西藥抗生素外，藥物挑膚質的情況也會大大降低，甚至還有漂白皮膚、美容的功能，使用起來沁香撲鼻，對於壓力很大的酒糟性皮膚炎患者而言絕對是一大福音。而臨床治療以後，也能看到藥效神速，快者兩星期就有效果、最慢也在3個月內有明顯的改善。
- 有皮膚清道夫之稱，可以幫助養顏美容，漂白皮膚，以及消除酒糟留下的疤痕組織，強化皮膚抵抗力。



懷孕期間的酒糟風暴對胎兒跟母體而言 也不是甚麼好事，這要怎麼辦才好呢？



- 有一種方式是…不做任何治療，不少母體都在生產完的幾個月後恢復正常，就是因為賀爾蒙分泌的關係。
不是又擔心療程會傷到胎兒，草本治療方式相信能有效的治療酒糟性皮膚炎症狀，
- 第一天然草本的藥膏內有蘆薈成分，不用擔心化學藥品的副作用，無須吃藥，藥效溫和，對於本來就敏感性皮膚的副孕母而言不會造成太強的刺激，藥膏本身沁香，使用起來清涼溫和，對於懷孕的患者而言是理想的治療方式，目前也沒有發生過使用藥膏發生強烈副作用的病例。對於酒糟性皮膚炎的患者是很好的治療選擇。醫師給您專業建議

孕婦、哺奶時酒糟性皮膚炎教戰手冊， 醫師給您專業建議



- 對於懷孕中的女性朋友而言，得酒糟性皮膚炎絕對是一件棘手的問題，沒懷孕時…只需要擔心自己的身體，治療的副作用也僅限於自己承受。但是懷孕就不一樣了，俗話說「一人吃兩人補」，既然母體的營養攝取會影響，那使用藥物自然也有同樣的情況發生。「懷孕中的酒糟性皮膚炎怎麼處理？」或是「如何治療酒糟性皮膚炎才不會對孕婦造成後遺症？」等問題就成為準媽媽的最大問題了。
酒糟性皮膚炎成因本身就尚未有定論，加上懷孕期間賀爾蒙分泌，很容易讓孕婦的臉上出現痘痘，也有孕婦在懷孕前就是敏感性肌膚，懷孕後變成酒糟性皮膚炎的情況。孕婦面對這種情況可說是左右為難…治療，擔心會對胎兒造成影響，**像是A酸會造成胎兒畸形。類固醇，也不是好的選擇。不治療，孕婦受到病情影響，心情隨之受到起伏。**