


認識蕁麻疹--急性蕁麻疹

內容下載：

蕁麻疹可以說是最常見的皮膚病之一！許多人或多或少都曾經有長過蕁麻疹的經驗，只是大部份人得到的是急性蕁麻疹，這通常是因為對於外來物質過敏所引起，只要找到過敏原、避免接觸，大約幾天就會痊癒。

一般來說，急性蕁麻疹來得快去得也快，常常突然發得全身到處都是，不到半天時間就消失得無影無蹤，很少超過一天還沒消失的，雖然第二天又可能會從不同部位發出新的疹子來，但頂多發作二、三天，就會自己痊癒；反之，如果蕁麻疹日復一日、反覆發生，造成令人困擾的皮膚病，並且超過 6 週以上，這時就稱做慢性蕁麻疹，甚至有人經年累月拖個好幾年不好的。所以，慢性和急性蕁麻疹雖然外觀上一模一樣，但是在嚴重度和對病人的生活品質影響上卻有天壤之別。

急性蕁麻疹病因

蕁麻疹是典型的皮膚第一型過敏反應，常常是由於人體中有認識外來過敏原的 E 型免疫球蛋白 (IgE) 而引起。許多人對海鮮類食物過敏 (例如蝦子、螃蟹、蚶等)，便是由於這些食物中所含有的蛋白引發人體產生特異性的 E 型免疫球蛋白，這些 E 型免疫球蛋白一旦與過敏原結合，便會引發皮膚中或血液中肥大細胞 (mast cells) 的活化反應，因而使得這些細胞中的組織胺 (histamine) 釋放出來。這些組織胺會使得皮膚中的血管擴張、組織腫脹，也會興奮神經引起厲害的癢感，於是就形成了典型的皮膚疹子—膨疹 (圖 1)

然而會引發這種過敏反應的物質實在太多了，除了大家熟知的海鮮之外，包括酒精、感冒病毒、塵蟎、乳膠、芒果、奇異果、日光、樹脂、香精、有機溶劑、口服或局部藥物等等物質都有報告過會引起此類過敏反應，所以不只是吃的東西，可以說食、衣、住、行、

育、樂各方面樣樣都有可能引起蕁麻疹。一般人覺得蕁麻疹一定是吃海鮮或其他「不乾淨的食物」引起的，其實是一大誤解。



圖 1：膨疹可大可小，有的周圍還會有一點紅暈，外觀上看起來很像被蚊子咬到的紅疹，也可以大到超過 10 公分直徑，好像一個一個鼓起來的浮雕一樣。

值得注意的是，蕁麻疹並非一直都是過敏反應，只要能引發人體內的組織胺釋放，就可以引發類似的症狀，所以也有所謂非免疫性蕁麻疹（例如鴉片、aspirin 等一些藥物）。

急性蕁麻疹的治療首重找出真正的病因，所以醫師會仔細詢問發病的原因是否和特定的接觸物質有關，千萬不要先入為主認為：「一定是昨天吃的魚不新鮮」、「一定是吃蝦子引起的」，最好先客觀地想想看：剛開始發病之前的 1-2 天內，有無接觸到任何特別的物質？包括食、衣、住、行、育、樂各方面都要想一想。筆者碰過的過敏原各式各樣都有，包括棉被過敏、衣服過敏（新買的衣物上有染料或因特殊處理）、擦藥膏過敏、染髮劑過敏、有機溶劑過敏、芳香精油過敏等等，所以要仔細回想一下。

急性蕁麻疹的治療

一旦找出真正的病因，只要避免再去接觸過敏原，急性蕁麻疹自然會很快痊癒，頂多吃一點口服抗組織胺或打一針抗組織胺，就會很快改善；若是實在很癢，則可以搭配擦一些止癢藥膏。事實上，大多數的急性蕁麻疹不用看醫生也會自己好，例如許多人喝酒會長「酒疹」，其實就是一種急性蕁麻疹，只要自己注意不要喝酒或吃到含酒精的食物，這樣的人很少會求醫診治；就算不小心真的發病了，往往也只要多喝水、休息一天、身體將酒中的過敏原代謝排除掉之後，就會自動消失。一般來說，蕁麻疹的標準治療就是口服或注射抗組織胺，把組織胺的作用「中和」掉就好，其實並不需要用類固醇來治療；但有些蕁麻疹實在發得很嚴重，或是引發嚴重的血管水腫（angioedema），也就是臉部或脖子嚴重腫脹，甚至腫到有如「豬頭」一般或引起呼吸困難時，可給予短暫類固醇治療，以便迅速改善症狀。

皮膚部主治醫師 朱家瑜