

## 以口服 A 酸治療青春痘的注意事項

青春痘（痤瘡）的一般性治療，在七月份電子報的文章已經作過簡介，假設一般的治療無效，那就要考慮使用口服 A 酸了。A 酸有好幾種，用來治療青春痘的是 isotretinoin，以下談論口服 A 酸皆是指 isotretinoin。口服 A 酸可說是最有效的青春痘藥物了，達一定的劑量還有根治之效，然而皮膚科醫師選擇用此藥治療的時機不一定相同，考量 A 酸有數個可能的副作用，一般仍將口服 A 酸視為後線的藥物使用，也就是青春痘屬嚴重程度，而且至少試過其他方法無效後才考慮。有一類的病人，筆者會特別考慮使用口服 A 酸治療，那就是痘疤一直產生的病人（指的是會凹陷的痘疤），這類的病人不見得來看診的時候特別地嚴重，但回診時會不斷地發現新鮮的痘疤，用一般的口服藥也沒辦法有效阻止，那麼儘快使用口服 A 酸，可以避免病人日後變成大花臉。

使用口服 A 酸要注意那些事情呢？最重要的是，對女性而言，口服 A 酸具有致畸胎性，因此服用的前中後期都要嚴格避孕，有性生活的女性要驗孕，口服 A 酸的仿單上載明需從使用前一個月避孕至停藥後的一個月，然而為求謹慎，筆者會要求病人至少在服用前兩個月開始採取避孕措施，直至停藥三個月後始能受孕。此外，使用口服 A 酸可能會導致血脂肪及肝功能上升，然而東方人使用口服 A 酸的劑量比西方人低很多，筆者不常見到此類的副作用，但仍會固定幫病人抽血檢驗，因為偶爾仍會遇到本身即有高血脂症，或是肝功能異常的病人（包括因體重過重而導致的脂肪肝），這兩類病人宜避免使用口服 A 酸，否則產生副作用的機率會增加，而且，高血脂症也可能導致胰臟炎。針對服藥前抽血指數正常者，服用後一至兩個月仍要再次監測肝功能及血脂肪。口服 A 酸對腎功能沒有明顯的影響，但腎功能有異常的病人，需調整劑量謹慎使用。

使用口服 A 酸一定多少會造成皮膚乾燥，最開始的症狀是嘴唇乾裂，其他地方的皮膚也會呈現乾燥的情形，建議多使用乳液及護唇膏，仍然無法改善者會建議降低 A 酸劑量。由於口服 A 酸可能會造成疤痕的過度增生，因此服用期間至停藥後的半年，建議避免作一些會有傷口的手術或治療，以免有疤痕過度增生，甚至蟹足腫的產生。另外，原本就有一些肥厚性痘疤的病人要注意使用 A 酸期間是否有疤痕變大的情況，尤其是下頷的部分，如果有這樣的情況，那就要減低劑量，甚至停藥，增生的疤痕也要同時治療。

口服 A 酸還有一些不甚明確或關係薄弱的副作用，為什麼說不明確呢？這是因為某些可能的副作用有被報告過，但卻有爭議，經過這麼多年的研究，仍無足夠證據支持有關聯，或是只顯示有薄弱的關係。這類的副作用主要有三項：發炎性腸道疾病、顱內高壓、增加自殺傾向。在此無法細談這三類疾病，但使用口服 A 酸時必須留心是否有肚子痛（發炎性腸道疾病）、頭痛（顱內高壓）、及憂鬱（增加自殺傾向）的

情況。發炎性腸道疾病在臺灣的發生率本來就不高，因此只要留意是否有腸胃道的症狀即可，顱內高壓更是十分罕見，但要特別注意的是，口服 A 酸絕不可以與口服四環黴素（包括多喜黴素）類的藥物一併使用，否則會提高顱內高壓發生的機會。因此建議病人只要在服用口服 A 酸時，若有其他原因要再服用抗生素，請務必向皮膚科醫師諮詢。事實上，由於口服 A 酸效果十分地好，沒有理由再加上一個口服抗生素治療青春痘。至於口服 A 酸是否增加憂鬱及自殺傾向仍有很大的爭議，猜測大概是因為口服 A 酸做為治療嚴重青春痘的藥物，而嚴重青春痘的病人本來就可能因為影響外觀而憂鬱，憂鬱的病人原本就比一般人有更高的自殺傾向。話雖如此，這類的臨床研究很難做到客觀的雙盲對照，在未來有更進一步的證據前，某些報告所指出 A 酸與憂鬱及自殺傾向的關聯，也應該受到關注，因此，使用 A 酸前的病史詢問與溝通很重要，有憂鬱症或其他精神疾患的病人要避免使用口服 A 酸，開始使用 A 酸後，也建議要評估心情或精神狀況是否改變。

服用口服 A 酸大約要一個月左右，治療效果才會顯現，因為服用的前幾週有可能反而會使青春痘惡化，然而筆者使用的劑量相對較低，這類教科書上提到的短暫惡化很少見到。服用口服 A 酸時，若與富含脂肪的食物併用可增加其吸收，至少建議病人與食物併用。教科書上的口服 A 酸（isotretinoin）建議劑量是每天每公斤 0.5~1.0mg，也就是 60 公斤重的成人要每天吃 30~60mg（臺大的 A 酸是一顆 10mg），但這樣子的劑量對東方人而言過高，往往加劇副作用的發生，因此筆者通常都是給予每天 10~20mg 的劑量而已，A 酸最後是否能達到根治青春痘或是長期緩解的效果，主要視口服 A 酸的累積劑量，通常使用的累積劑量達每公斤 120mg（或更低），就可以有根治或長期緩解之效，超過每公斤 150mg 的累積劑量被認為是不需要，而且超過了也不會有更多的幫助。當然，所需的 A 酸累積劑量與病人體質及原本嚴重度有關，筆者有些青春痘的病人，使用遠低於上述累積劑量，就可以根治或長期緩解，因此，每個人所需的 A 酸總劑量，應依賴醫師的判斷。筆者的大原則是，使用口服 A 酸至幾乎完全不冒痘痘了，再多使用至少三個月，這樣子，多數的病人都會根治或長期緩解，往往不需使用 A 酸達累積劑量每公斤 120mg。

有部分青春痘的病人在停止口服 A 酸後一段時間復發，這樣子的復發都會比原本的嚴重度來得輕微，因此輕者可以短暫使用口服抗生素等一般治療即可，復發較明顯者，可以再重新使用口服 A 酸一陣子。

至於怎樣的人容易治療無效呢？口服 A 酸是很有效的藥物，會療效不佳的病人，大多是屬於閉鎖性粉刺或是小囊性青春痘。事實上，這兩類的青春痘也比較適合用其他的治療方式。有些治療效果不佳的女性，則要關心她是否有月經週期不規則，或是有多毛的現象，這可能意謂著有荷爾蒙的問題存在。另外，口服 A 酸治療效果不好時，很有可能病人根本不是長痘痘，例如有些像大痘痘的病灶，其實是竇道（sinus tract）發炎。因此，如果連口服 A 酸的效果也不佳，那就應該要進一步評估原因出在那邊。

青春痘雖然被很多人視為是小病、微病，但卻深深困擾著許多青少年。現在，皮膚科醫師手上有各種武器可以使用，只要接受評估、選擇適當的治療，要成功戰勝痘痘，指日可待。



圖 嚴重且易留凹疤的青春痘，可考慮用口服 A 酸治療。

皮膚部主治醫師 洪楨邦