

## 蟹足腫：您可能不瞭解但常見的疤痕困擾

蟹足腫可能是許多人的一大困擾。這種特殊的疤痕，通常不會造成嚴重疼痛，但其外觀上的特徵，如在胸部、手臂或四肢上的明顯凸起，往往給患者帶來心理上的壓力。當您穿著低胸衣或無袖上衣時，這些疤痕可能會影響您的自信心。

### 傷口癒合：蟹足腫的起源

要瞭解蟹足腫，我們首先需要知道傷口癒合的階段及疤痕如何形成的。正常皮膚一旦受傷，會立即啟動一系列複雜的傷口修復過程：包含了發炎階段和血管新生，這些新血管會為傷口提供養分，進而開始修補過程。在這個階段，皮膚表皮細胞和真皮層纖維母細胞開始增生並開始合成大量的組織蛋白如膠原蛋白，來修補傷口。隨著時間，這些新形成的疤痕會逐漸變軟，顏色逐漸淡化，但仍然與周圍的正常皮膚有所不同。

### 蟹足腫與肥厚增生性疤痕有何不同？

蟹足腫和肥厚增生性疤痕都是由於傷口癒合過程中過量產生膠原蛋白所造成的。兩者的主要區別在於：肥厚增生性疤痕通常會限制在原傷口的範圍內，並可能隨時間縮小或變軟。相比之下，蟹足腫

則不會縮小，有時甚至會不斷增生擴大並超出原本傷口的範圍。

### 蟹足腫是天生的嗎？

蟹足腫的形成原因尚未完全明瞭，但已知與多種因素相關，包括遺傳，發炎，組織張力和種族背景。研究顯示，在某些族群中，如亞洲裔和非洲裔，蟹足腫的發生率較高。不同於一般受傷，蟹足腫可能在傷口癒合後的數週、數月，甚至數年後才顯現。

### 蟹足腫的預防：主動出擊，避免疤痕擴散

預防絕對比治療來得重要，尤其是蟹足腫。有效的預防措施可以顯著降低蟹足腫發生的風險，或者至少減緩其發展速度。以下提供關鍵的預防策略：

1. 傷口護理：妥善照顧傷口是預防蟹足腫的第一步。這包括保持傷口潔淨避免感染，以及使用適當的敷料來保持傷口濕潤。濕潤環境有助於促進更快、更有效的癒合，減少疤痕形成的機會。
2. 避免過度牽扯：在傷口癒合過程中，避免過度的傷口牽扯是非常重要的。過度牽扯引發的張力可能導致更多的組織受傷和疤痕形成。
3. 防曬措施：新生的傷口組織及疤痕組織對於紫外線特別敏感。

過度暴露於陽光下會加重疤痕的色素沉著，使其更為明顯。使用合適的防曬乳液和避免紫外線是最有效方法。

4. 定期按摩：對於正在形成的疤痕進行輕柔的按摩可以促進血液循環，有助於疤痕軟化和變平。

### 蟹足腫的藥物治療方法

目標是緩解症狀並控制疤痕的增生，以下是常見的藥物治療方法：

1. 類固醇注射：低劑量類固醇如 Triamcinolone，可以直接注射入疤痕組織中，以減少疤痕的厚度和紅腫。但這種治療通常需要多次進行，以達到最佳效果，卻也帶來疼痛。
2. 冷凍治療：液態氮冷凍治療可以破壞疤痕組織的細胞，使其逐漸萎縮。這種治療可能會有一定程度的疼痛，並且需要多次重複進行。
3. 藥物治療：某些藥物如肉毒桿菌素，干擾素或化療藥物，近來也被用於治療蟹足腫，但需要非常嚴密監測並根據個體的反應和耐受性來調整。
4. 放射治療：在某些情況下，放射治療可以用來緩解嚴重的蟹足腫，使其萎縮。但這種方法通常保留在其他治療方法無效的情況。

5. 激光治療：激光可以用來改善疤痕的外觀，減少紅腫和色素沉著。

### 蟹足腫的手術治療方法

在某些嚴重的蟹足腫案例中，外科手術可能是必要的。手術目的主要在移除過度的疤痕組織，進而改善功能和外觀。手術合併放射線治療的方法近來逐漸受到重視，尤其是在那些單一治療方法無法達到滿意效果的複雜案例中。這種合併治療策略結合了外科手術的即時物理性切除與放射線治療的長期控制，共同作用於防止蟹足腫的復發和擴散。

手術切除主要是直接移除過度增生的疤痕組織，藉由多層縫合重建組織上的結構，並搭配 Z 形皮瓣、W 形皮瓣等手術技巧改變疤痕方向以降低組織張力，並搭配良好的術後照顧，讓傷口進入良性的傷口癒合過程，功能上改善病患因為疤痕造成的疼痛，美觀上讓疤痕在視覺上不明顯。手術的關鍵在於精確地去除所有受影響的疤痕組織，同時盡量減少對周圍健康組織的損傷。需要精確的外科技巧，並深入了解蟹足腫組織的特性。

手術後，放射線治療用於減少纖維母細胞的活性，進而減少膠原蛋白的過度累積。放射線治療通常在手術後的幾小時至幾天內進行，

以最大限度地減少蟹足腫再生的風險。放射線治療的目的是破壞剩餘的纖維母細胞，防止它們再次活躍並導致疤痕組織的過度增生。進行手術合併放射線治療時，精確的劑量控制至關重要。儘管手術合併放射線治療在防止蟹足腫再發方面非常有效，但也有一定的風險和副作用：包括局部皮膚的疼痛、紅腫、色素沈積的改變，以及罕見的放射性損害。因此，這需要由整形外科醫師、放射腫瘤科醫師和其他傷口護理專業人員組成的團隊密切合作，以確保治療的安全性和有效性。

## 結語

總結來說，蟹足腫的治療與控制需要一個全面的方法，包括有效的預防、藥物和外科手術治療方法的結合。透過這些方法，可以減輕蟹足腫帶來的痛楚及大幅提高病患的生活品質。最後，值得強調的是，每個蟹足腫病患都是獨特的，並非所有病灶都適用單一的治療方法。治療前的詳細評估，包括患者的整體健康狀況、疤痕的位置、大小和深度，以及患者的個人需求和期望，都是擬定治療計劃的重要因素。在進行任何治療之前，患者應與專業的醫療團隊討論最合適的治療計劃。

外科部整型外科主治醫師 官振翔

NTUHF