

教宝贝学会面对失去

运动会会不会影响怀孕能力

孩子的好朋友或坏朋友

大马第1畅销妊娠·生产·育儿杂志

# 妈妈宝宝

Sep. 2023

照顾  
宝宝肚脐  
5步骤

每天胎动  
10次  
胎儿健康有保障

宝宝  
肛门疾病

f 妈妈宝宝 | RM9

第 350 期

www.mombaby.com.my



SpringHealth

150  
亿 CFU



澳洲制造



连续2年  
获奖为  
最佳益生菌食品



SpringHealthOfficial.com f SpringHealthOfficial



# 为何皮炎湿疹久治不愈，您有用对方法吗？



**Dr. Benji Teoh Tze Yuen**

Consultant Dermatologist  
MD (Canada), MRCP (UK), Adv M Derm (UKM), AM  
Central Dermatology Specialist Clinic

## 什么是湿疹？

湿疹（eczema/dermatitis）是一种持续和继发性的皮疹，一般以红肿、瘙痒及发干为表面症状。我们可从内在（endogenous）与外在（exogenous）两个层面来区分湿疹的类型。

湿疹是一种慢性（长期）炎症性皮肤病（皮炎），由皮肤屏障缺陷引起。此病不具有传染性，但儿童湿疹的严重程度经常会不时改变和恶化。湿疹常见于幼童，通常会随年龄的增长而改善。在某些情况下，可能会一直持续到成年。

在众多湿疹中，异位性皮炎（atopic dermatitis）是小孩中最常见的湿疹。

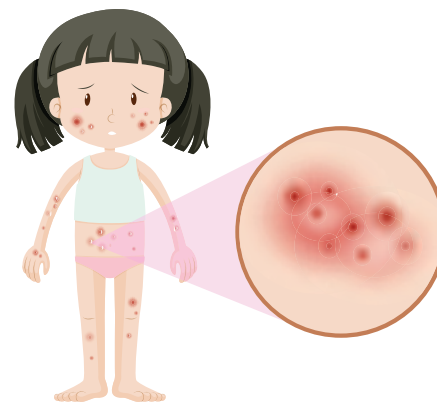


异位性皮炎是一种免疫系统失调的慢性疾病，并与哮喘病（Asthma）和过敏性鼻炎（Allergic Rhinitis）是息息相关的。当一个患者有其中一种病，他们患上其它两种病的机率就上升。

很多人都误以为异位性皮炎就是敏感，但事实是敏感只是它的一部分，并非主要原因。患有敏感者若接触了令其敏感之物，那么它可以令异位性皮炎更加严重。因此，在没有肯定的情况下，我都不建议饮食上戒口。切记，小孩子是需要有营养的食物长大的。

异位性皮炎基本病发途径是人的皮肤屏障（skin barrier）就如砖墙，一面没有排列完好的砖墙，因坑洞而失去水分，这就如同结构上有缺陷的皮肤表层，容易流失水分，因此较易受到刺激、感染与产生过敏反应。而往下的第二层皮肤则是因免疫功能过度活跃而发病，同时也导致皮肤发痒。

最常受湿疹影响的部位包括：肘窝,膝盖窝,脖子和面部脸颊、头皮以及手臂和腿部的上部（尤其是婴儿）。



### 如何预防与治疗宝宝湿疹

养成基本的护肤习惯有助于预防湿疹发作。润肤与保湿是护肤的主要预防与根本治疗法。

润肤是由沐浴开始。一天沐浴不超过两次，每次不超过十分钟。沐浴时，使用温水，而不是热水。避免使用刺激性的化学药剂和消毒性产品，然后在洗澡后用软毛巾轻轻拍干皮肤。在皮肤还湿润的时候（5分钟内）立刻涂抹保湿性强的乳液或乳霜，才能锁住水分，使水分不至于流失。

当皮肤发红发痒时，我们就应该利用药物来治疗与控制皮炎。外用皮质类固醇药物（topical corticosteroid）是治疗皮炎的首选。如患者皮炎有细菌感染的迹象，我们也可加上抗生素抹药。

很多家长一听见类固醇就抗拒，但其实人体本身就会生产类固醇，医生们也经过专业的训练，能够针对不同部位使用合适级别的类固醇（类固醇是有不同强度），并不会毫无限制地推广类固醇。在监督下正确地结合使用类固醇，副作用是很低的。

外用钙调磷酸酶抑制剂（topical calcineurin inhibitor）也可用于治疗皮炎。这药特别适用于眼部周遭，腋下和下体。它也可以使用在预防湿疹的复发（proactive treatment）。

总结，异位性皮炎是可以很好的受到控制。请向您的皮肤专科医生咨询了解。

异位性皮炎是没有办法根治，但有许多安全有效的方案有助于治疗以及控制病情。最基本，也是最重要的是润肤。不管皮肤是好是坏，润肤是不可避免的。当皮肤发炎时，我们可以用抹药治疗。但如果病情严重，我们还有口服或打针的要来给予治疗。

### 湿疹症状

湿疹的症状包括：

- \* 皮肤干燥
- \* 皮肤瘙痒和凹凸不平
- \* 发炎的红色鳞屑状皮疹
- \* 瘙痒，可能很严重，尤其是在夜间
- \* 因抓挠造成的破皮渗液
- \* 皮肤增厚、开裂