

中文大學兒科系  
助理教授梁詩彥



相信每個家長對蕁麻疹這個名詞都不陌生，但是當自己的小孩第一次發作時，還真的不知道該怎麼應對。蕁麻疹是一種常見的兒科過敏性皮膚病，特點是「來得快，去得也快」，也就是俗話常說的「風癩」。小朋友若患此病，皮膚表面常會出現大片紅腫的斑塊，

十分痕癢，且會愈抓愈多。今期

《教育佳》兒童健康邀請到香港中文大學兒科系助理教授梁詩彥，拆解蕁麻疹的種種疑問，教家長如何照顧患蕁麻疹的兒童。

教育佳記者 鍾怡

# 風癩愈搔愈癢

## 服藥可治 毋須戒口



兒童感染風癩，痕癢難當。

### 醫生貼士

#### 1 敷冷毛巾

很多小朋友忍受不了皮膚痕癢，就會不停的抓撓，容易造成皮膚表皮破裂。家長可以用冷毛巾敷在皮膚紅腫的地方，讓血管收縮，幫助小朋友緩解痕癢的感覺。同時，立即吃抗組織胺藥物。

#### 2 減熱水浴

患病的小朋友要減少外界對皮膚的額外刺激。比如洗澡不要用太熱的水，少穿緊身的衣服等。

#### 3 勿亂戒口

患有慢性蕁麻疹的小朋友，不應胡亂戒口。有些家長會擔心蝦、朱古力、堅果等會影響病情，從而讓他們戒掉這些食物。但患慢性蕁麻疹通常與飲食習慣無關，小朋友應正常飲食，保持營養均衡。

#### 4 耐心服藥

有些患兒治療過程較長，家長要有耐心。慢性蕁麻疹患兒在服用適當藥物後，不一定馬上能好，吃大半年藥都是有可能的，家長要放平心態，不能操之過急。

兒童患上慢性蕁麻疹需  
要吃藥很長一段時間，家長要有耐  
心。

響生活質量，會導致不能專心學習，十分辛苦。慢性自發性蕁麻疹需要吃藥一段長時間，以月至年計，亦建議服用第二代抗組織胺藥，這是一種長效藥，且不會有令人「眼瞓」的副作用，這對多數慢性自發性蕁麻疹患兒都有效。

梁詩彥又說，「我們會建議慢性蕁麻疹患兒一直吃藥，一開始先吃幾個月，防止蕁麻疹每日都出現，一段時間後再試着減藥、停藥。」若要完全控制病情，患兒要定時覆診，和醫生商量調整治療方案。

梁詩彥補充，慢性蕁麻疹亦有機會復發。患兒若在青少年時期患蕁麻疹，雖當下可以控制，但成年後一些情緒壓力、體內荷爾蒙變化都可能令蕁麻疹復發。復發後的治療方法和上述所說相差無幾，家長不必過於擔心。



小朋友接觸了如牛奶、雞蛋等食物，有機會患上急性蕁麻疹。

蕁麻疹可發生在任何年齡

段，約20%的人一生中至少有一次患蕁麻疹的機會。香港中文大學兒科系助理教授梁詩彥介紹，蕁麻疹的症狀很容易辨認，患兒皮膚表面通常會出現大片紅腫的斑塊，十分痕癢。若患兒繼續用手抓撓非患病部位，正常的皮膚也會立即起紅腫的斑塊。

一般來說，蕁麻疹可分為急性和慢性兩種，以急性佔多數。急性蕁麻疹會在幾個小時內發作，但幾日就可自行康復。如果發作的時間持續超過六星期，就是慢性蕁麻疹，病情可持續數月或數年。梁詩彥解釋，急性蕁麻疹最大的特點是「來得快，去得也快」。小朋友患急性蕁麻疹的原因通常是接觸了一些食物（例如牛奶、雞蛋、花生）、藥物（例如非類固醇止痛消炎藥）等致敏原，產生過敏反應，病毒感染或蚊叮蟲咬亦有機會引致急性蕁麻疹。而慢性蕁麻疹的誘因大都不明，九成患者都找不到原因。但是仍有一些常見的誘因或會導致慢性蕁麻疹，比如溫度刺激、情緒壓力等。慢性蕁麻疹很少由食物過敏引起，因此不建議胡亂戒口。

### 情緒壓力可引致復發

梁詩彥提醒，通常蕁麻疹最主要是臨床診斷，比如通過詢問病史、檢查病人表徵等判斷。急性蕁麻疹患兒的治療方式是先試幾日抗組織胺藥，這些可以短期內舒緩皮膚紅腫情況，通常約一個星期內可以康復。第一代抗組織胺藥的副作用是容易昏昏欲睡，不建議長期服用。

梁詩彥說，若患兒診斷出慢性蕁麻疹，亦應馬上吃藥，因為每日不定時出現蕁麻疹很影

