



## 夏季常見的皮膚疾病

皮膚科 陳金源 主任

隨著氣候轉熱，夏天的腳步也已近，稍微作一下活動皮膚就會濕濕的很不舒服的感覺；夏季也是蚊蟲孳生的季節，如小黑蚊、跳蚤；同時也是日光紫外線最強的時候。在這樣的季節裡會出現一些皮膚疾病來困擾我們。

夏季常見的皮膚病，大致可分以下數種：

### 一、曬傷

夏天一到，許多人喜歡到海邊或爬山從事戶外活動，如果沒作好防晒，皮膚很容易曬傷特別在正午時刻，輕者皮膚發紅，嚴重的皮膚會刺痛、起水疱；這些症狀有時回到家才出現因此亦被輕忽；預防的方法是外出前二、三十分鐘，皮膚均勻塗抹適當防晒係數的防曬乳且須經常補擦；另外也要撐傘、戴帽子或穿長袖衣服。

### 二、日光皮膚炎

由於皮膚對日光產生過敏而發生急性或慢性的反應，僅見於少數人；皮疹多出現在曝曬日光的部位，如：臉、頸、前胸V型區，上肢伸側及手背面。此症狀與曬傷不同，曬傷是因為日曬過量而日光皮膚炎則是個人的體質對日光的敏感；因此有此體質的人，每到夏季就應當做好防曬的措施。

### 三、汗疹

在高溫潮溼的夏天，由於大量且持久的出汗，使得汗的排泄不順暢而引起皮膚疹；好發於衣服遮蓋的身體部位，小孩子可見於頸、臀部及腋窩等。皮膚會有微小的透明水疱、紅丘疹或小的膿皰，因為癢會去癢抓更易造成細菌感染；有異位性皮膚炎的孩童，症狀會更嚴重；因此若流汗太多應趕快將身上的汗擦乾，保持皮膚乾爽且室內要通風及降低室溫。

### 四、膿痂疹

小兒夏季常見的皮膚疾病之一，由於流汗過多使得細菌在皮膚過於孳長而引起皮膚感染，出現水皰性或結痂的膿痂疹；其傳染性很強，手接觸到那裡就傳染到那裡，症狀都分布在臉及四肢；預防的方法是保持皮膚清潔、涼爽，指甲要剪短以免抓破皮膚；一旦病症發生應及時治療以避免繼發腎炎的可能。

### 五、蟲咬症

夏天會常到公園或草叢運動散步，這時就有可能被小蟲子叮咬，叮咬的當時不一定會感到癢，但小蟲叮咬之後留在皮膚上的唾液會引起皮膚過敏反應，出現局部紅疹或小水皰，因患部奇癢往往會抓到破皮而留下色素，就是大家稱的「紅豆冰」；這些蟲子又以小黑蚊與跳蚤居多。所謂「毛毛蟲皮膚炎」是毛毛蟲掉落在皮膚上，蟲的毛會引起皮膚過敏；若是不小心將蟲打死在皮膚上，蟲體內的毒汁流出沾到皮膚，會引起皮膚局部潰爛、灼熱。





另一種昆蟲引起的皮膚炎稱為「隱翅蟲皮膚炎」因呈現線狀又稱「線狀皮膚炎」，常見夏季雨後，此蟲多棲息於樹木多的地區，隱翅蟲有趨光性夜晚會飛到有燈火的屋內；由於不注意把蟲壓碎後它的體液溢出沾到皮膚而引起，因而常於早上醒來發現皮膚多了一塊灼熱且痒的線狀紅斑塊。

## 六、黴菌的感染

高溫潮濕的夏季氣候有利於黴菌的繁殖；每到夏天皮膚癬的疾病又紛紛出現了，特別在衣服緊密包住的腹股溝及整天穿著襪子的雙腳更易感染。股癬通常在兩側誇下及臀部，呈遠心性擴大且會有癢感；許多人會誤認為溼疹而自行買藥塗抹，使得患部更泛紅、擴大；足癬常見趾間糜爛、脫皮或足側邊緣出現水皰，大多數的人會感到癢，也有不癢的。預防的方法是盡量保持腹股溝和腳的乾爽，穿較寬鬆且吸汗的衣服，盡量縮短穿鞋的時間；若這些部位會癢的時候最好看醫師做正確的診斷，不要自己塗藥膏。皮膚癬的治療並非三、五天就有效果而需要治療三、四週，要痊癒更需要非常長期的治療。

## 七、汗斑

汗斑也稱為「變色糠疹」是由一種叫做「*Malassezia furfur*」的表皮黴菌來感染，常見於青年男女的身上，衣服蓋住的部位最多，通常只是稍微癢；患處有時呈褐色，有時灰白色，流汗時會呈紅褐色，表面有輕微的米糠樣皮屑。因為流汗會使範圍更加擴大，症狀更顯著，外表看來較不雅觀。少做激烈運動，運動後趕快擦乾身體，勤於更換濕的衣服，保持身體乾爽，可以減少病症擴大。本病有如皮膚菌感染不易治癒且常會復發。

以上簡介一些夏季常見的皮膚疾病，提供大家相關的知識，進而能了解這些疾病加以預防和及早治療。

