

皮膚乾癢 中醫調治

文 / 曾秀英



秋涼季節，很多人皮膚開始作怪。臺中慈濟醫院中醫皮膚科團隊發現，最近門診十人有八人是季節引發皮膚與呼吸道過敏病患，尤其季節性濕疹與冬季乾癢為大宗，臨床醫師針對不同體質狀況，量身訂作處方，交由藥師調劑專門治療皮膚科疾病。已有十餘年富貴手的林先生，治療後成果明顯，直說想不到中醫藥解決皮膚問題那麼有效。

冬季是中醫皮膚科門診旺季，中醫皮膚科團隊莊佳穎醫師指出，有人全身發癢，抓起來又癢又紅，過一下子像風一樣又沒了，西醫叫蕁麻疹，中醫叫「風疹」；有些人則是以癢、乾表現，稱之為「缺脂性皮膚炎」，較嚴重的會乾到整塊皮膚脫屑，像魚鱗翻起來，從傳統中醫角度看，這些症狀起因，不外乎生活、飲食、體質與季節變化，都可以經內服加外用中藥去處理。

莊醫師表示，臺中慈濟醫院中醫皮膚科團隊在王人澍副院長領軍下，近兩年來針對不同體質研發皮膚外用製劑，得

到很多肯定，林先生就是最好的例子。

六十歲的林先生是一家工程公司的管理人員，帶濕的雙手發紅、嚴重脫屑，超過十年，讓他十分困擾，跑遍醫院看過風濕免疫科、皮膚科，打針、吃藥、抹乳液，甚至戴著手套睡覺，有時會稍有改善，但都未能治癒，雙手幾乎天天都在長皮屑，有時還會癢得受不了，乾裂最嚴重的時候皮開肉綻，痛得不得了，嚐過不少偏方，甚至絕望到問神求解，被講成是有冤親債主，花了錢祭改，結果還是沒能還他乾爽的雙手。

他說，工作上並沒有接觸到化學物質等刺激品，不知道為什麼就是好不了，尤其是秋冬季節最為明顯，參加開會、聚餐最尷尬，雙手的皮屑一直脫落在桌上，感覺其他人想要裝做沒看到都不行，深怕打壞別人用餐的胃口，真的很不好意思。經過中醫師把脈，從調理體質著手，處理好代謝功能，現在不再便秘，睡眠品質好多了，可以一覺到天亮，雙手總算重現多年不見的平滑肌膚。

臺中慈院皮膚科特別門診莊佳穎醫師依林先生的體質開出包括：驅風止癢、清熱的內服中藥，還有清熱、收濕效果的「淨芙膏」以及修復的紫玉膏外用，很快的控制反覆發作的情形，雙手不再脫屑。但莊佳穎醫師提醒，遇到季節變化仍要注意，不要任意喝酒、大啖麻辣鍋，一旦身體受不了，就可能復發。

謝淑珍藥師指出，針對冬季濕疹、乾癢等症狀，目前已研發包括：洗淨、外用乳霜與修復龜裂的膏劑等系列製劑產品，成分萃取自天然的草藥與藥材。針對病人敏感的特殊皮膚量身訂作，參考古籍方劑，採用麻油、苦茶油等天然食用油為基質，乳木果油、蜂蠟來調和製

劑，產生溫和清潔、保濕效果。

如何調整生活與飲食來度過乾燥的秋冬季節，莊佳穎醫師建議，多吃潤燥食品，如白木耳、山藥、秋葵、蓮藕、蓮子、百合、枸杞、大棗，這些食物有潤燥養陰的效果，有助滋潤皮膚黏膜。

平時皮膚就容易偏乾燥、發紅、乾裂，口乾舌燥便秘屬火氣大的族群，最好避免麻辣鍋、燒酒雞與當歸雞等偏溫熱、辛燥的食品，也要少吃含酒的料理；秋冬皮膚容易乾癢的族群，不宜太頻繁地泡溫泉、或者洗太熱的水，以免皮膚的油脂被水沖洗走，加重皮膚乾燥。🌿



臺中慈院中醫皮膚科團隊研製洗淨、外用乳霜與修復龜裂的膏劑等系列，成分萃取自天然的草藥與藥材，例如（依順時針序）：蜂蠟、無患子、地膚子、白蘚皮、黃柏、苦參根與破布子葉。