

長者常見之 皮膚問題



齊齊帶動「藥」有所施，「藥」有所用！
Correct and Safe Medication Use
- what you need to know!

主辦機構
Organised by:



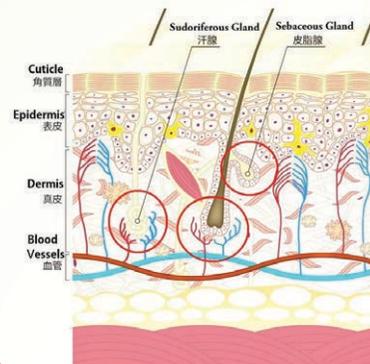
捐助機構
Funded by:



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

了解你的皮膚

皮膚是人體最大的器官，約佔全身體總重量15%，是人體中除了骨骼、血液外最重的組織。由表皮、真皮和皮下組織構成，裡面有汗腺、皮脂腺、指甲、以及血管、淋巴管、神經和肌肉等。



皮膚的主要功能包括：

- 保護身體
- 分泌作用
- 調節體溫
- 感官功能
- 吸收功能

正常的皮膚老化

- 由於長者體液減少，皮膚水份相對減少，以致皮膚容易變得乾燥
- 皮膚汗腺萎縮，分泌減少，影響皮膚濕度
- 皮脂腺的分泌也開始趨向減少，令皮膚失去滋潤
- 皮膚血管收縮對皮膚各種的營養物質供應減少
- 皮膚色素的細胞代謝、神經內分泌、免疫功能都由於年長而相對衰退

長者常見之皮膚問題：皮膚痕癢

由於長者皮膚補水功能減慢，皮脂分泌減少以致皮膚容易變得乾燥和痕癢。但皮膚痕癢亦可能因慢性疾病引起，如貧血、慢性腎衰竭等。其他皮膚痕癢的成因：藥物敏感、心因性痕癢、環境、天氣、季節性皮膚病、疥蟲等。如有問題應尋求醫生協助，找出原因，切勿自行塗抹藥膏。若出現藥物敏感，應立刻停止服用並保留藥物，尋求醫生或藥劑師協助。

長者常見之皮膚問題：皮膚過敏症

現今社會中有將近兩成的人都有皮膚過敏的現象，包括蕁麻疹 (urticaria) 或異位性皮膚炎 (atopic dermatitis)。「致敏原」：當吃下、摸到或吸入某種物質的時候，身體會產生過度的反應，導致這種反應的物質就是所謂的「致敏原」。

皮膚過敏的特徵是痕癢，同時也可能會有紅腫、乾屑、水泡或結痂及滲出液體等症狀。當出現這些症狀時，必須立即就醫。

皮膚過敏症的治療方法

- 增加皮膚含水量，保持皮膚滋潤
- 避免接觸刺激物以免病情惡化
- 保護皮膚健康，減少皮膚受感染
- 遵從醫生指示使用藥物及適當的護理

常見的皮膚科藥物

- 具鎮靜作用的抗組織胺 (sedating antihistamines)
- 不具鎮靜作用的抗組織胺 (non-sedating antihistamines)
- 皮質類固醇 (口服或外用) (oral or topical corticosteroids)

(詳情請參閱「長者常見之皮膚問題：藥物篇」)

沐浴小貼士

- 冬天如出汗少，應減低沐浴次數至一星期二至三次
- 若天氣乾燥，濕度下降，應避免用太熱的水洗澡
- 勿用過強的視液，保持 pH5.5
- 採用較滋潤而無香料的沐浴露
- 洗澡時間不宜過長，熱水浴過長會令皮下血管擴張，體內血液流到皮下組織，令心臟和大腦等重要器官缺血
- 沐浴後應塗上潤膚乳
- 穿上綿質衣服



13/F, Kingsfield Centre, 18 Shell Street, North Point, Hong Kong. 香港北角蜆殼街18號嘉昌商業中心13樓



電話：3708 8552



傳真：3708 8553

香港註冊非牟利慈善機構

長者常見之皮膚問題：老人性濕疹

老人性濕疹又名為「脫脂性皮膚炎」，通常出現在女性停經後，或五十歲以上男性。主要成因是長者皮膚內的皮脂腺和汗腺退化，令皮脂分泌和汗液減少。年長人士減少水分流失的功能減弱，致使皮膚變得乾燥和痕癢。

老人性濕疹通常出現於沒有衣服保護的皮膚上，如手、腳、後頸。

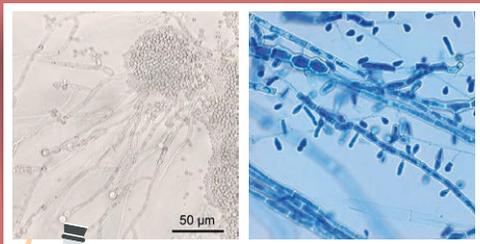
防止老人性濕疹的最好方法是保持皮膚濕潤。若沒有受細菌感染，潤膚露能改善問題。如持續痕癢和出現急性皮膚炎，便須用含有類固醇的藥膏。

長者常見之皮膚問題：癬

香港天氣潮濕，特別容易患上皮膚癬。皮膚癬是由真菌感染，並入侵表皮角質層、毛髮和指甲，引致各種癬病。因為長者免疫力較低，所以較容易染上皮膚癬。

- 泛指黴菌的皮膚表面性感染
- 常見的有念珠菌、皮癬菌
- 發病因素：熱 + 濕
- 如：足癬、灰甲癬、汗癬

常用藥物包括：Griseofulvin oral tablet, Clotrimazole cream, Miconazole cream, Tioconazole cream



如有任何疑問，
請諮詢你的醫生
及藥劑師。

長者常見之皮膚問題：疥瘡

由疥蟲引起的皮膚傳染病，無論任何年齡都有機會患上。但由於長者的免疫能力較低，因此會較容易受感染。

- 疥蟲非常細小，肉眼看不見
- 雌疥蟲用一對前腿和咀鑽進皮膚的表皮層，挖掘出隧道，在其中產卵繁殖
- 蟲卵會在三、四天孵化成幼蟲
- 再過十天，便能繁殖下一代



疥瘡的傳染途徑

- 主要是與患者有身體緊密接觸而傳染
- 由於疥蟲及卵都會沾在衣物及床鋪上，所以接觸患者的衣物或被褥均有機會被傳染



由疥蟲引起疥瘡的治療方法

1 衣物、床單及被鋪的處理方法

- 患者的衣物、床鋪、枕袋等須與其他人分隔清洗
- 用熱水攝氏60度或以上，時間不少於十分鐘）來消滅疥蟲及其卵子
- 難以清洗的衣物和被褥，如鞋、棉被等，可放入黑膠袋封密，擱置最少十四日後，便能如常使用，膠袋面寫上封密的日期和時間



2 藥物治療 (1) – 百滅寧劑 (Permethrin)

- 單次治療即非常有效，可以殺死疥蟲成蟲和蟲卵（有報告顯示單次的外用permethrin有效治療高達97.8%的患者）
- 全身沐浴乾淨後，頸部以下全身塗抹薄層藥膏
- 使用8-12小時後徹底清洗整個身體
- 建議在睡前塗抹，並在早上清洗掉

3 或使用藥物治療 (2) – 疥瘡乳劑 (Benzyl Benzoate)

- 全身沐浴乾淨後，頸部以下全身塗抹薄層藥水，24小時後清洗全身，連續塗抹2-3天，必要時7-10天後可重複治療
- Benzyl benzoate 具刺激性，應避免接觸臉部、眼睛、黏膜、尿道口或開放性傷口，以免造成接觸性皮膚炎 (contact dermatitis)

疥瘡的預防方法

- 保持良好的個人衛生
- 避免與他人共用衣服
- 疥瘡患者的家庭成員、及與患者有親密接觸的人應接受檢查，以確定是否患上疥瘡；如確診患上疥瘡，須接受治療
- 清潔物品及接觸患者時，須穿戴適當的個人保護裝備，如手套及保護衣等
- 每次接觸疥瘡患者後須徹底清潔雙手