

認識蕁麻疹

〈起清膜〉



門診組製作

諮詢專線：(04)7113456#8080

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人
漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2022年05月

修訂日期：2025年02月(二版)

51500-單張-中文-187-02

一、什麼是蕁麻疹

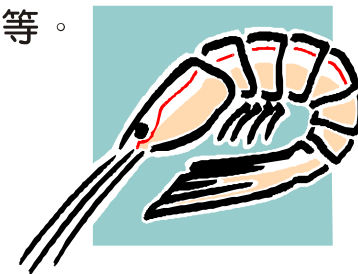
蕁麻疹台語俗稱「起清膜 Ki Chin Mo」，為反覆性以**膨疹**及**劇癢**為表現的皮膚病變，在24小時出現後隨即又消失，新舊病灶常同時存在，這些膨疹是因為皮膚內的血管擴張且通透性增加所造成。

依發作期間的長短及原因，分為「**急性蕁麻疹**」及反覆發作、六週以上的「**慢性蕁麻疹**」。



二、原因

1. **食物**：海鮮、發酵食品、堅果類、蛋、牛奶、人工添加物製品、芒果、草莓、蕃茄、竹筍、花生、香菇及酒精類飲料等。

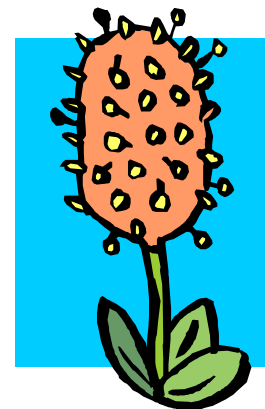


2. **藥物**。

3. **感染**：慢性蛀牙、牙周病、鼻竇炎、尿路感染、念珠菌感染、B型及C型肝炎、病毒性上呼吸道感染、滴蟲、腸道寄生蟲感染等。

4. **吸入物**：

花粉、孢子、粉塵、化學溶劑等。



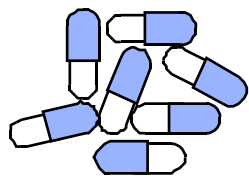
5. **內分泌**：

甲狀腺異常、自體免疫疾病等。

三、治療

1. 盡量避免上述會引起蕁麻疹的原因。
2. 藥物治療以抗組織胺類的藥物為主，但如果蕁麻疹較嚴重，則需要短期使用類固醇藥物。

3. 慢性蕁麻疹的治療常須服藥達 6-8 週才能控制病情，請耐心治療。



四、日常生活注意事項

1. 依醫師指示局部冰敷，使血管收縮、減低癢覺或使用止癢藥膏，避免抓癢以免更惡化，越抓越癢。
2. 不要熱敷或洗熱水澡，因為熱會使血管擴張，使膨疹更厲害。
3. 避免吃油煎、油炸或是辛辣類的食物，避免熬夜。



自我評量(是非題)

- () 1. 引起蕁麻疹的原因包括：食物、藥物、感染、內分泌疾病等。
- () 2. 蕁麻疹患處應局部熱敷，增加血液循環，使其消腫。
- () 3. 蕁麻疹患者應避免吃油煎、油炸或是辛辣類的食物，避免熬夜，以免引發體內的熱性反應。

參考資料：

- 尹裕君、劉芹芳、歐素妃、郭芳里、洪麗真、謝家如(2020)·皮膚系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱·成人內外科護理下冊(八版·1066-1067)·華杏。
- 彰基皮膚科、護理部(2022)·認識蕁麻疹〈起清膜〉(第七版)·衛教單張。

題號	1	2	3
解答	0	X	0