

何謂 慢性蕁麻疹



疾病管理中心製作

諮詢專線：(04)7113456#8056

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：2023年12月

修訂日期：2026年07月(二版)

51735-單張-中文-022-02

何謂慢性蕁麻疹

皮膚出現許多粉紅色、輕微膨起的疹子，可大可小，通常會癢，日復一日，反覆發生，持續超過六週以上，就稱為慢性蕁麻疹。

一、慢性蕁麻疹的成因

肥大細胞破裂後，組織胺釋放導致皮膚血管擴張、組織腫脹，引發紅疹及搔癢。

二、慢性蕁麻疹症狀

1. 膨疹：皮膚上有粉紅色、紅色大大小小膨出的疹子，常在一天內消失，隔天又在其他皮膚部位出現，造成困擾。
2. 癢：膨疹通常合併癢的感覺，在夜晚更加明顯，有些人會覺得刺刺的。

三、慢性蕁麻疹的成因和種類

1. 慢性自發性蕁麻疹 (約佔60%)

最常見。找不出原因的蕁麻疹。其中約有40%可能與免疫機轉有關。

2. 物理性蕁麻疹 (約佔35%)

冷、熱、壓迫皮膚、搔抓皮膚…引發抗組織胺釋放，出現疹子。

3. 血管炎性蕁麻疹 (約佔5%)

疹子則往往會持續超過 48 小時以上，顏色較紫紅色或深紅色，比較會有刺痛感，消退後還會留下紫斑沈澱。

** 特別強調 **

慢性蕁麻疹通常不是食物過敏所引起的，因為食物過敏引發的蕁麻疹，大多不用幾次就會發現是什麼食物引起自己的過敏反應，避開食物就會自己痊癒，很少拖到六週，也不會想要看醫生。

四、慢性蕁麻疹治療

** 急性發作嚴重時 **

先使用口服類固醇緩解急性的搔癢、紅腫症狀。

1. 慢性自發性蕁麻疹

長期口服抗組織胺。有些與免疫機轉有關的蕁麻疹可能需合併低劑量的免疫調節劑。

2. 物理性蕁麻疹

找出真正的發病物理因素並避免，就可改善病情。

3. 血管炎性蕁麻疹

需合併一些口服類固醇，並尋找潛在病因。

五、慢性蕁麻疹保養

1. 檢查尋找誘發的原因並避免

2. 一旦發作了不要抓

(1) 可在搔癢紅腫處冰敷

(2) 口服抗組織胺加減類固醇。

3. 減少對皮膚的刺激

避免會造成過敏的項鍊、手環、緊身衣褲。

常見問與答

問題一：為什麼以前沒有蕁麻疹，現在會有？

答：原因很多，但研究發現長期處在心理壓力大的生活情況下，熬夜、疲倦、失眠…等生活因素誘發，也算是現代的文明病，可說是身體用這種方式表達最近可能太累的一種無聲抗議喔！

問題二：治療後一直發作，是藥物無效嗎？

答：有時確實有可能在治療後繼續發作，若持續復發且症狀嚴重，可增強用藥、換藥，或改用生物製劑等…，就是不可以停藥，避免症狀更嚴重。

問題三：需要檢測過敏原嗎？

答：慢性蕁麻疹非食物過敏，無需測過敏原，測了也找不出明確的過敏原，但仍建議可到門診與醫生討論其他可能的誘發原因。

自我評量(是非題)

- () 1. 反覆發作持續三週以上的疹子，就稱為慢性蕁麻疹。
- () 2. 慢性蕁麻疹是食物過敏引起的，一定要抽血驗過敏原。
- () 3. 急性發作時候，可以用冰敷改善症狀。

參考資料：

彰基醫院(2023)慢性蕁麻疹(第二版)衛教單張

題號	1	2	3
解答	X	X	○