玫瑰痤瘡及早處理 免後患

「玫瑰痤瘡」聽起來很優雅美麗，但其實不然，患者病情嚴重時會有膿頭、丘疹、皮膚增厚、酒糟鼻等，增加治療難度，治療時間可能以年月計！

及早治療永遠是對付頑疾的致勝之道！以下兩位患者的經歷，見證及早求醫的重要性。

撰文：陳旭英　設計：劉子明

◀龔家怡醫生說，玫瑰痤瘡是由於面部控制血管收縮和膨脹的神經系統失調所致。

正修讀工管課程的Michelle，去年中因為嚴重暗瘡而求醫，接見的皮膚科專科醫生檢查後，發現她面部泛紅，並沒有暗瘡，但面和鼻頭上的確有些皮膚炎的痕迹。細心追問下，得知原來Michelle早前自行到藥房購買類固醇藥膏，塗搽一段時間後，暗瘡已凋謝，但面部泛紅一直未消退，她擔心可能是過敏，於是見皮膚專科醫生確定。

「我去年中皮膚突然爆很多暗瘡，可能與新冠肺炎疫情期間，每天要戴保護度高的厚口罩，一、兩個月後在口罩遮擋下的皮膚漸漸紅起來，可能因為太焗，之後就開始生暗瘡，面頰兩邊的皮膚又痕癢又有點刺痛，令我非常困擾，即使我已經很勤力清潔及搽暗瘡膏，但情況時好時壞。

直至後來到藥房，購買了一款含類固醇的藥膏，塗搽後情況慢慢好起來，但面頰仍然是紅紅的，觸摸時有點灼熱……請問我是純粹暗瘡，還是皮膚敏感？」Michelle向醫生問道。

皮膚科專科醫生檢視後向她說，這既不是暗瘡，也不是皮膚過敏，而是玫瑰痤瘡。而她曾經不當地使用類固醇一段時間，對治療玫瑰痤瘡有很大影響！

另一個案三十歲的曹先生長時間受皮膚問題困擾，臉上紅紅的，有膿頭、丘疹，加上皮膚厚、毛孔粗大，更見到明顯血管擴張，但他一直沒有理會，直至近月情況嚴重，特別是酒糟鼻，令他十分介意，在同事及朋友勸喻下才見醫生。

「我以往皮膚也不算好，不時面上都會長暗瘡和有膿頭，但因為工作太忙，也沒有特別處理。近月面上的膿頭愈來愈多，尤其是鼻頭和鼻翼，不但毛孔粗大，而且還有很多膿頭，雖然現在都經常戴口罩，鼻子『不用見人』，但一脫下口罩便出事……」曹先生說。

▶玫瑰痤瘡影響儀容，對患者身心都造成壓力。

▲嚴重的玫瑰痤瘡患者會有酒糟鼻。（網上圖片）

◀典型的玫瑰痤瘡，面上泛紅及有丘疹。（網上圖片）

血管神經失調

玫瑰痤瘡是常見的慢性皮膚病，但容易被忽略，很多患者至病況嚴重時才求醫。養和醫院皮膚及性病科專科醫生龔家怡醫生說，研究數字顯示，約百分之十人口患上玫瑰痤瘡，患者以女士居多，年齡介乎二十至五十歲，特別是較年輕、皮膚較白淨的女性；男士患者則較少，不過一旦患上玫瑰痤瘡，病徵一般會較嚴重，例如有嚴重的酒糟鼻。

玫瑰痤瘡到底是甚麼？龔醫生解釋：「我們面上有很多微絲血管，當遇到刺激，例如情緒激動、焗和熱時，面部血管就會擴張引起泛紅，這是正常反應；而玫瑰痤瘡就是當面部控制血管膨脹和收縮的神經線失調，引致面部過度充血，令面部泛紅的時間比一般人長。特別是嚴重的患者，即使沒有受到任何刺激，面部的血管都會過度膨脹，需要更長時間才能消退。」

玫瑰痤瘡最常影響面部中間位置，包括鼻尖、下巴、額頭等，有時亦會在心口位置出現；患處皮膚會有熱、刺痛、痕癢的感覺，同時皮膚會較為敏感和乾燥。

玫瑰痤瘡根據嚴重程度分為三級別，初期患者只是間歇性面紅，以及比較容易面紅；如果沒有改善生活習慣和接受適當治療，就會進入中期，患者的皮膚泛紅時間愈來愈長，出現炎症，包括會有紅色突出的丘疹，甚至膿包，表徵與暗瘡相似，但暗瘡會伴隨有粉刺，即閉塞了的毛孔，可以擠壓出來的稱為黑頭，封閉式的稱為白頭；相反玫瑰痤瘡則沒有粉刺、白頭或黑頭。

如情況仍得不到改善，玫瑰痤瘡會惡化，進入嚴重期，患者的皮膚會增生、變厚、毛孔變得粗大，最常見影響的位置是鼻尖，出現俗稱的「酒糟鼻」。

玫瑰痤瘡亦可以影響眼睛，引致眼紅、眼澀、眼乾、痛楚等。

▼進食火鍋時，蒸氣的熱力會刺激面部致血管膨脹。　（資料圖片）

外用藥膏+口服藥

要治療玫瑰痤瘡，患者應避免引致血管膨脹的刺激，因此治療的首要方向是幫助患者改善刺激微絲血管膨脹的生活習慣；第二是適當護膚，教導患者選擇合適的護膚品和化妝品；如果情況仍沒有改善，就需要使用藥物，包括外用藥膏、口服藥，或者激光治療。

龔醫生說，會根據病人情況而建議選用不同藥物，例如出現丘疹或膿包可以使用外用的抗生素藥膏，常用的包括伊維菌素藥膏（Ivermectin），這是一種針對毛囊蠕形蠕的藥膏，因為研究發現玫瑰痤瘡患者面部毛囊有較多毛囊蠕形蠕，或因此而刺激血管膨脹，此藥膏可抑制毛囊蠕形蠕生長；另一種常用的外用藥膏是甲硝唑（Metronidazole），如患者皮膚泛紅，亦會處方非類固醇消炎藥膏，有助血管收縮。

「一般患者都會建議塗外用藥膏，因為皮膚可以直接吸收藥物，病情較嚴重患者則會建議同時使用外用藥膏及口服藥。」龔醫生說。

口服藥物方面，病情較輕的患者需服用抗生素一段時間，主要是紅霉素和四環素類。醫生會根據病人情況及需要處方藥物，例如孕婦並不能服用四環素類。龔醫生說，一般急性玫瑰痤瘡患者，使用四至六星期藥膏加口服抗生素，大部分都能夠受控；病情較嚴重的玫瑰痤瘡患者，很多時需要經歷半年至九個月，甚或一年以上才能夠完全康復。

如果使用上述藥物後都未能改善情況，患者亦可考慮口服異維A酸。龔醫生解釋，這是一種由維他命A製造出來的藥物，主要用作消炎、控油，一般療程為九至十二個月，醫生會根據病人體重計算合適的藥物劑量，一般兩至三個月才見效。女士正服用異維A酸期間不可以懷孕，否則會有畸胎風險。

▶玫瑰痤瘡患者應避免飲用咖啡因含量高的咖啡、濃茶。

激光治療 收縮血管

當玫瑰痤瘡受控，患處已消炎、沒有膿頭，只是皮膚泛紅久久未消退，患者可以選擇接受「脈衝激光」(Pulse dye laser)減少血管擴張，幫助紓緩皮膚泛紅。

「當血管吸收脈衝激光，就會慢慢收縮，一般病人需要每四至六星進行一次。激光治療其中一個副作用是會導致色素沉澱，因此患者之前必定要先消炎，使用口服抗生素或消炎藥膏等控制皮膚發炎情況後，才可以進行激光治療。」龔醫生說。

要留意的是，如果病人正服用四環素等人士，如要進行激光治療，亦需要先停服這類補充品或藥物。

長時間佩戴口罩會令皮膚又焗又濕，容易引起皮膚問題。

▼玫瑰痤瘡患者應避免浸溫泉、焗桑拿等活動。

及早治療 致勝之道

「玫瑰痤瘡與暗瘡一樣，不是一種會致命的嚴重疾病，除了部分人士會影響眼睛外，基本上玫瑰痤瘡只會影響皮膚，但亦因此被很多患者忽略，特別是當早期玫瑰痤瘡沒有接受適當治療和及早改善生活習慣，會演變成不可逆轉的疤痕、增生的皮膚、毛孔粗大等，增加治療難度和所需時間，一旦出現酒糟鼻、皮膚增厚等，嚴重情況甚至需要用手術削薄皮膚才能夠改善，所以玫瑰痤瘡患者應及早接受治療。」龔醫生說。

從日常生活入手 改善玫瑰痤瘡

- 避免進食刺激性食物，包括酒精、咖啡因含量高的飲品（如濃茶、奶茶、咖啡）、酸飲品（如檸檬茶、檸檬水）、辛辣食物、朱古力、芝士、火鍋。
- 避免熱及翳焗的環境，例如高溫瑜伽、熱普拉提、桑拿、浸溫泉、熱水浴、戴着厚口罩跑步及戴口罩乘長途機等。
- 避免壓力大、情緒波動。
- 保持充足睡眠、適當運動、均衡飲食。

護膚要點

- 護膚程序愈簡單愈好，早晚簡單清潔、保濕便足夠。
- 避免使用含酒精的洗面用品、護膚水、爽膚水；避免含香料、果酸、水楊酸、薄荷成分的護膚品。
- 避免紫外線，盡量不要曬太陽，室內、室外都應搽含UVA及UVB成分的防曬乳液， SPF值一般30至50已足夠。

▲洗面、護膚程序愈簡單愈好。

◀正懷孕的婦女不可服用異維A酸，而服用異維A酸期間亦不可以懷孕。

誤用類固醇藥膏治療玫瑰痤瘡致皮膚長期泛紅的Michelle，龔醫生給她處方短期的口服抗生素療程、非類固醇消炎藥膏，以及教導她使用合適的護膚品及護膚程序，玫瑰痤瘡在兩個月後開始好轉。

龔醫生指出，臨牀上也見到有部分病人像Michelle一樣，以為面部皮膚問題是暗瘡，並自行購買藥膏，甚至錯誤使用類固醇藥膏，龔醫生提醒玫瑰痤瘡並不能用類固醇治療，雖然使用類固醇後，徵狀起初會有所紓緩，但當停藥後便會很快反彈，因此建議遇到皮膚問題的人士，最好先諮詢醫生意見才用藥。

至於已經出現酒糟鼻的曹先生，病情相對嚴重，龔醫生為他處方為期九個月的口服異維A酸療程，以及外用的杜鵑花酸藥膏；當玫瑰痤瘡的發炎受控後，停藥六個月後便安排他接受激光治療，改善面紅情況。

幸好曹先生的酒糟鼻未算十分嚴重，在接受治療後，粗大的毛孔已收細，皮膚亦不再泛紅，他感到十分滿意。東