



蕁麻疹 (URTICARIA) 與血管水腫 (ANGIOEDEMA)

這份須知的目的是什麼？

這份須知是用來幫助您進一步瞭解蕁麻疹與血管水腫。它為您解釋蕁麻疹與血管水腫是什麼、其感染途徑、治療方法以及如何能查詢更多相關資訊。須知的上半部將介紹普通型蕁麻疹與血管水腫。其他類型的蕁麻疹以及它與蕁麻疹有何不同則將詳述於須知的下半部。

蕁麻疹與血管水腫是什麼？

- 蕁麻疹很普遍，約有 20% 的人或早或晚都會受到它的影響。它又稱為「麻疹」或「風疹」。蕁麻疹所產生的短暫浮腫即是所謂的「膨疹 (weals)」(見下文)。
- 血管水腫是深層形式的蕁麻疹。

受影響的個體可能只患蕁麻疹、只患血管水腫，或是兩者同時患得。最常見的形式稱為「普通型蕁麻疹」，它又分「急性」和「慢性」兩種形式。「急性」蕁麻疹/血管水腫的發病時間短則數日，長則六週。「慢性」蕁麻疹顧名思義則會持續六週以上。

其他較不普遍的蕁麻疹將在文後說明。另外也會介紹蕁麻疹性血管炎 (*urticarial vasculitis*)，它是因為血管發炎而導致狀似蕁麻疹的紅疹，因此與一般蕁麻疹有所不同。

蕁麻疹與血管水腫是如何引起的？

兩者都是由於皮膚細胞（「肥大細胞」）釋放非組織胺所引起的。許多原因都能誘發非組織胺的釋放，例如：運動、皮膚上的壓力、其他物理性原因、食物、藥物以及感染等等。然而一般的「普通型」蕁麻疹與血管水腫卻很難找出致病的外在原因。對某些普通型慢性蕁麻疹患者而言，其皮膚肥大細胞會釋放非組織胺是由血液中循環的因子所誘發的（例如：對抗自身肥大細胞的抗體，即所謂的自體免疫）。此類檢查並非常規檢查的項目，且一般不會改變已在進行的治療。

急性蕁麻疹的產生原因往往不明，但它有時可能是感染感冒、流感或是喉嚨痛所引起的。幾乎所有的藥物都能引起「急性」蕁麻疹，其中又以止痛劑（特別是阿斯匹靈及炎妥安等藥物）、抗生素（特別是盤尼西林）及接種疫苗特別容易引發此類蕁麻疹。一種治療高血壓的藥物（血管張力素轉化酶抑制劑- ACE inhibitors）就可能引起血管水腫。急性蕁麻疹通常不是由食物引起的。不過有時候堅果、魚類、蔬菜和莓類可能是致病原因。

蕁麻疹與血管水腫的症狀是什麼？

蕁麻疹的主要症狀是發癢，而血管水腫的症狀卻通常不會癢。雖然蕁麻疹的發癢症狀和外觀可能會使人苦惱，但它通常對整體健康沒有直接影響。在罕見的情況下，血管水腫的腫脹症狀可能會影響到舌頭或喉嚨，因而造成呼吸或吞嚥困難。此症狀可能令人十分不安，但它幾乎都不會危及生命，除非它是急性食物或藥物過敏或是罕見的遺傳性血管水腫。

蕁麻疹與血管水腫會遺傳嗎？

「普通型」蕁麻疹和血管水腫是不會遺傳的。

普通型蕁麻疹與血管水腫長什麼樣子？

蕁麻疹的膨疹可能是肉色、粉紅色或是紅色的，其形狀及大小不一，但通常像被蕁麻刺到一樣。蕁麻疹的一個重要特徵是它的每個皮疹通常在一天內就會消失，並且往往只持續幾個小時。不過它們有時會留下瘀血狀，尤其是在兒童身

上。而新的膨疹則可能會在其他部位出現。一般蕁麻疹的膨疹可隨時在身體的任何部位出現。

血管水腫深層的白色或粉紅色腫脹最常在眼瞼和嘴唇出現（有時在嘴巴），但它們亦可在身體的任何部位出現。它們通常不癢，且一般在幾天內就會消退。若它影響到手腳，則手腳可能會出現緊繃及疼痛感。

普通型蕁麻疹能如何診斷出來？

醫師通常能就其外觀或對症狀的描述來做出診斷。大部分患者的發病原因都不明，不過醫師仍會透過詢問一些問題來盡可能找出原因。目前並沒有特別的檢查能準確識別出蕁麻疹的發病原因，但若您的回答指向某個潛在病因，則醫師可能會進行一些相關檢查。

- 急性蕁麻疹通常不必進行檢測。若懷疑病因是過敏反應，則偶爾會進行特定血液測試（以偵測血液中的抗體）或是由皮膚或過敏疾病專家進行皮膚點刺測試。
- 慢性蕁麻疹幾乎都不是過敏所引起的，因此不需要進行常規過敏測試。食物、色素或防腐劑會導致小部分患者的蕁麻疹惡化，此時可能就需要紀錄日常飲食：患者可在飲食中避免這些物質，以觀察是否病情有好轉，之後再刻意食用，以確認它們是否就是蕁麻疹的病因。不過由於蕁麻疹常常時好時壞，這種測試法並不總是準確，也不能總是確切地顯示出病因。

普通型蕁麻疹與血管水腫能治好嗎？

下述治療能抑制此病症，但並不能根治它。有一半的慢性蕁麻疹病患他們的疹子會持續 6 至 12 個月，然後逐漸消失，不過疹子也能持續更長的時間。它通常不會復發。不過每位蕁麻疹患者的病程都是無法預測的。

普通型蕁麻疹是如何治療的？

- 避免任何可能使蕁麻疹惡化的事物是很重要的。這在下文「我該怎麼做」的部分會詳列。

- *抗組織胺劑*會阻斷組織胺的作用，並減緩大部分患者的發癢症狀和疹子，但它可能不會完全緩解蕁麻疹。若蕁麻疹發病的頻率很高，則病患最好定期服用抗組織胺劑。此藥劑有許多不同的類型。較舊的藥劑會引起睡意。相較來說，較新的藥劑引起睡意的可能性就低了很多，不過在與酒精併服時仍可能引起睡意。沒有特定的抗組織胺劑是完全適合所有人的，因此醫師可能會要您試服不同的藥劑，以找出最適合您的那一種。只要蕁麻疹症狀持續，您就可能需要同時服用抗組織胺劑。目前很少有關於此藥劑嚴重副作用的相關報導，不過它偶爾會導致體重增加，某些種類的藥劑也不應與特定藥物一同服用。
- *抗組織胺劑類似體*（例如：西咪替丁和雷尼替丁），它通常用於治療胃潰瘍，並能和治療皮膚的抗組織胺劑同時服用。
- *外用藥*例如可麗敏乳液或薄荷冷霜都能緩和蕁麻疹症狀。
- 若抗組織胺劑對症狀沒有幫助，您可諮詢醫師意見，醫師則可能安排進一步的檢查，您也可以嘗試*其他藥物*。這些藥物（如氣喘用藥「敏喘克」）也許不是蕁麻疹的專門用藥，卻可能對它有所幫助。
- *口服類固醇*偶爾可能可以短暫服用，以治療急性和慢性蕁麻疹的嚴重爆發，但是一般都不需要服用它。
- *抑制免疫系統的新藥*（如環孢素）在皮膚及過敏專門診所被使用在少數重症患者的身上，其對改善病症可能有所幫助。
- 腎上腺素注射（epinephrine，患者可自行施打），往往能快速緩解症狀，但此治療方式僅能用在最嚴重的情況下，例如：當蕁麻疹或血管水腫造成呼吸困難時。

我該怎麼做？

- 請務必避免任何可能使蕁麻疹惡化的事物，例如：高溫、緊身衣物、酒精、含阿斯匹靈的藥物，並盡可能避免其他類似的藥物，如炎妥安（服用撲熱息痛通常沒有問題）。

- 應避免服用血管張力素轉化酶抑制劑，此類藥物通常用來治療高血壓，特別是當患者有血管水腫時。
- 在罕見情況下，若特定食物、色素或防腐劑確定會影響病情時，則應避免食用。
- 若您有呼吸困難或吞嚥的問題請立即就醫。
- 請考慮購買「醫療警報」(*Medic Alert*) 手環，以在緊急情況下向他人警示您的病情：

醫療警報基金會 (*Medic Alert Foundation*) :

1 Bridge Wharf

156 Caledonian Road, London N1 9UU

電話：(020) 7833 3034

免付費電話：0800 581 420

其他蕁麻疹

- **物理性蕁麻疹 (*The physical urticarias*)** 其他形式的蕁麻疹是由物理因子所誘發的 (例如：冷、熱、摩擦、皮膚上的壓力，甚至是水)。膨疹通常在幾分鐘內就會出現，並持續不到一小時 (遲發性壓力蕁麻疹除外)。物理性蕁麻疹好發於健康、年輕的成人身上，並且很常見。它與一般蕁麻疹可能連帶發病或同時發病，且病症通常會隨時間改善。物理性蕁麻疹有下列類型：

皮膚劃痕症 (*Dermographism*) 發癢的膨疹會在發生摩擦 (例如：搓揉或撫擦皮膚) 時出現，而且一般非常癢，尤其是在很熱的時候。膨疹及紅色痕跡通常在搔抓部位呈一條條直線，並通常持續不到一小時。發病原因通常不明。

寒冷性蕁麻疹 (*Cold urticaria*) 寒冷 (包括雨水、風和冷水) 會造成受寒部位發癢並起膨疹。在冷水中游泳可能導致嚴重的膨疹和昏厥，因此務必避免。患者如要進行手術，應該在開刀前告知醫護人士自己患有此症，這樣當膨疹在手術過程出現時，醫師才能知道是寒冷性蕁麻疹引起的。寒冷性蕁麻疹的發病原因通常不明。

日光性蕁麻疹 (Solar urticaria) 此病症很罕見。患者的皮膚在曝曬到陽光時會立刻發紅、發癢並冒出膨疹，症狀則通常持續不到一小時。

水源性蕁麻疹 (Aquagenic urticaria) 此病症極為罕見。患者的皮膚在接觸到水源（無論溫度高低）時，會出現小粒的膨疹，通常出現在身體的上半部。

遲發性壓力蕁麻疹 (Delayed pressure urticaria) 在皮膚上施壓時（例如：來自緊身衣物或緊握工具時的壓力），該部位會出現腫脹的情況。通常腫脹的情況會在數小時之後發生。它可能會疼痛並持續一天以上。遲發性壓力蕁麻疹患者幾乎也都患有一般蕁麻疹。

許多物理性蕁麻疹在患者避開病因及定期服用抗組織胺劑時都能獲得改善。不過，抗組織胺劑通常對遲發性壓力蕁麻疹沒有幫助。有時當遲發性壓力蕁麻疹症狀很嚴重時，服用短療程的口服類固醇會對病情有所幫助。

- **膽鹼性蕁麻疹 (Cholinergic urticaria)** 此病症在會引起流汗的情況下（例如：用力、高溫、有情緒壓力和食用辛辣的食物的情況下）發生。它不到幾分鐘就會冒出又小又癢的疙瘩，它們的紅腫情況不一，通常位於患者的上半身卻又有可能遍佈全身。膨疹持續不到一小時，但在嚴重情況下會相互連結而形成較大的腫塊。抗組織胺劑通常對病情有所幫助，且有時在致病事件（例如：運動）發生前服用最有效。
- **接觸性蕁麻疹 (Contact urticaria)** 許多化學物質、食物、植物、動物和動物製品不到幾分鐘就能在接觸部位引起膨疹。這些膨疹通常持續不久。較常見的致病原因是蛋、堅果（例如：花生）、柑橘類水果、橡膠（乳膠）以及與貓和狗接觸。雖然它的反應往往很輕微，有時卻很嚴重（例如：極度敏感人士在接觸橡膠和花生之後）。
- **無膨疹性血管水腫 (Angioedema without weals)** 無膨疹性血管水腫的致病因素有很多，例如藥物（如：阿斯匹靈、血管張力素轉化酶抑制

劑)或食物過敏。最常見的是,慢性普通蕁麻疹/血管水腫患者都會有此病症,其致病原因不明。

- **遺傳性血管水腫 (Hereditary angioedema)** 此為一種極罕見的血管水腫,它通常會遺傳。患者的臉部、嘴巴和喉嚨會發腫(有時胃部也會發腫,導致胃絞痛)。此病症是遺傳性血蛋白缺乏症所引起的,它可以透過血液檢查診斷出來。藥物治療可以防止此病症發作,有時在急性發作時也可透過補充血液中所缺乏的蛋白質來治療。嚴重的遺傳性血管水腫若不經治療可能會危及生命,因此建議患者要戴上**醫療警報手環**,以在緊急情況下向醫師通報病情。
- **蕁麻疹性血管炎 (Urticarial vasculitis)** 一小部分的蕁麻疹患者會出現持續兩天以上的膨疹。這些膨疹可能會疼痛並偶爾會出現瘀血。患者可能會身體不適且關節和胃部會有疼痛感。這是因為患者的血管發炎了(即血管炎)。此病症在顯微鏡下觀察膨疹的採樣即可診斷出來。它的病因通常不明,不過醫師一般還是會對患者進行血液檢查。抗組織胺劑對此病症並無太大的幫助,但病患可以使用其他有助消炎的藥物。

我如何能取得更多關於蕁麻疹的資訊?

詳細須知的網路連結:

www.dermnet.org.nz/dna.urticaria/urt.html

www.allergyuk.org

此須知旨在提供相關主題的正確資訊,且它是英國皮膚科醫師協會代表們的一致看法:然而其內容可能有時與患者醫師的意見稍有不同。

英國皮膚科醫師協會

病患須知

2006年1月製作

2009年3月更新