

慢性蕁麻疹好不了？ 醫師籲改善生活節奏



作者：健康醫療網／記者郭庚儒報導 | 健康醫療網 – 2014年5月27日 上午8:35

（健康醫療網／記者郭庚儒報導）45歲的王小姐，深受慢性蕁麻疹所苦，皮膚時常發生劇烈的紅、腫、癢症狀，讓她難以忍受，有時半夜發作，甚至還會被癢醒，嚴重影響睡眠品質。醫師指出，慢性蕁麻疹通常找不到病因，必須長期以口服抗組織胺、生物製劑控制病情，建議患者改變生活節奏、減少生活壓力，可降低發作機會，甚至不藥而癒。

根據國內研究顯示，有高達7成以上的慢性蕁麻疹患者，長期處在心理壓力大的生活情況下，失眠的比例也非常高，導致互為因果、彼此惡化。

台大醫院皮膚部主治醫師朱家瑜指出，慢性蕁麻疹也就是自體免疫性蕁麻疹，是由於人體產生自體免疫抗體所造成，是最難治療的一類，必須長期以口服抗組織胺來、生物製劑，才能控制病情。

朱家瑜表示，抗組織胺多半具有免疫調節的功能，長期服用可降低皮膚的敏感度，也可控制發生過敏反應，最好要連續吃1星期以上、甚至2星期無明顯效果再換藥。若治療效果仍不佳，則可考慮長期以免疫抑制劑、免疫調節劑治療，或生物製劑，可有效控制慢性蕁麻疹。

不過，朱家瑜強調，臨床經驗顯示，適當紓解生活壓力，對於改善慢性蕁麻疹的病情有很大的幫助，甚至有許多患者，聽從建議改變生活節奏、減少生活壓力後，原本多年來難以控制的慢性蕁麻疹，竟不藥而癒。