

入春冷熱溫差大 蕁麻疹發癢難耐倚牆蹭

春季天氣溫差大，許多民眾擔心心血管的問題，但其實這樣的冷熱氣候交替，則會造成蕁麻疹的發作，而且並不少見！廖小姐的女兒陳妹妹就讀國小一年級，有一天沒來由的突然手上皮膚出現一塊一塊的紅腫，癢得受不了，但卻越抓越癢、變得全身都是大大小小的紅腫，甚至皮膚只要抓過或劃過的地方就會出現一條條浮腫，後來陳小妹妹無法專心做好每件事，無時無刻都在抓著四肢，抓不到的地方就只好靠在牆邊摩擦皮膚，希望舒服一點…。

萬芳醫院過敏免疫風濕科李惠婷醫師表示，像這種皮膚抓過出現線狀膨疹，出現“皮膚能寫字”的現象，即稱之為“皮膚劃紋症”，也是物理性蕁麻疹最常見的表現。皮膚劃紋症通常在幾分鐘內出現，15-30分鐘逐漸褪去。但也有少數延遲性表現在幾個小時後才出現，且持續1-2天。

正常人出現皮膚劃紋症約有2~5%的機率，這並非是一個特定的疾病，會造成這樣皮膚反應的原因還不是十分了解，目前普遍認為可能和外來刺激有關，使肥大細胞釋放大量組織胺及其他發炎物質所導致。大部份人是沒有症狀的，但部份有症狀患者可能有皮膚搔癢的症狀，到了夜裡就會更明顯，嚴重者會影響生活品質。皮膚劃紋症在任何年紀都可發生，但較好發於年輕人，發病原因可以是自發性或因感染、藥物造成；而可能使症狀加劇原因包括溫度(熱水澡)、壓力(搔抓、較緊的衣褲壓迫、毛巾摩擦)、情緒(焦慮、情緒不佳或過度壓力)、運動...等。

沒有症狀的皮膚劃紋症不需要特別治療的，但若症狀持續，導致搔癢難耐，則必須找出病因，治療方面可以使用口服抗組織胺。在平日預防方面，李惠婷醫師建議盡量避免較緊的衣物、皮帶、鞋襪、減少皮膚摩擦和物理性壓迫、緩和焦慮情緒和調適過度壓力，以降低症狀發作的機率。（臺北醫學大學，萬芳醫學中心公共事務組第146期）