

我

二十一歲剛大學畢業，就開始有病徵，頭皮

明顯角質化及增厚，而且紅色一「撻撻」，怪難看的！」現年五十歲，從事金融業的李先生，回想這三十年來與「牛皮癬」由鬥爭到和平共處的往事，相當無奈。

「每日梳頭，就好像落雪一樣，頭皮屑飄滿一地……可能當時年輕，又或因為自己是男生，不太着緊外表，對此並不太驚慌。」他續說。李先生當時立即見醫生，查究是否患上嚴重頭皮屑病。沒料到，這根本不關頭皮屑事！

免疫自攻生「牛皮」

「我患上的，竟然是病你唔死，但會煩死你一世的『牛皮癬』。」李先生說。

皮膚及性病專科醫生黎湛暉解釋，「牛皮癬」又名「銀屑病」，據臨牀統計全球約有百分之零點二至二的人患上此病，即全港約有兩萬人飽受纏擾，患者多數在二、三十歲後病發，影響遍及全身皮膚，如頭皮、手肘、膝頭、背部、腋窩或生殖器，而四肢伸張部位亦較常見。

「雖然牛皮癬患者全身會一



▲牛皮癬是自身免疫病，沒有傳染性，一般社交接觸如跳舞、同桌吃飯等絕對無問題。



症。可惜目前醫學界仍未找出引致基因突變的原因，所以所有治療未能針對病灶，只是減少病徵、紓緩不適感及控制病情。

纏足一世惹人厭

「我查明三代，都無親人患過，就只有我一個……雖然我不介意一塊塊紅斑，或皮膚變粗變厚，因為可以用衣服遮掩，但……感覺總是不好受……」他形容患處雖然不痕不痛，但總有如一塊厚厚的膏藥覆蓋着的侷促感，好難受，「並好想搥甩」。

「好想搥甩」正正是所有「牛皮癬」患者心聲，可惜這病不但沒有「斷尾」療法，而且一旦患上就是一輩子的事。當中只有兩成患者在身體免疫系統適應後，會自動撥亂歸正不藥而癒。

不少針對「牛皮癬」患者心理的調查，都顯示此病帶給他們心理上極大的困擾，不單自我形象差，不願外出，不敢認識異性，有的甚至想過自殺！

李先生沒有想過自殺，但也着實困擾，特別是八十年代他初患上時，人們對於「牛皮癬」認識不深，認為此病會傳染，李先生每當與人握手時，對方總是顯露出害怕的眼神，令他心裏極不好受。



▶黎湛暉醫生說，牛皮癬雖然不會致命，亦沒有痛楚或痕癢，但卻需要不少金錢來治療。

「撻撻」，又紅又甩皮，但其實一半患者是不會痕癢，並且不會傳染別人，因為病源不是細菌或病毒感染，而是自身免疫系統失調。」黎醫生解釋。

家族遺傳的「牛皮癬」是因為第六條基因出現變異，造成自身免疫系統不能辨認出自己細胞，倒過來把他們視為「侵入者」，進行攻擊及摧毀，情況就類似類風濕性關節炎或紅斑痕瘡

有一種病，不會奪命，

卻會纏擾你一世，

它侵害你的外表，

頭皮、手肘、膝頭、

背脊，就連腋窩

甚至生殖器，

都無一倖免。

患者被攻擊至體無完膚，

自信亦被蠶食，

嚴重的甚至想過自殺……

免疫失調

皮

纏身



牛皮癬患者，可接受光學治療，提高皮膚對光的敏感度，來抑制皮膚的增生。

萬一遇上細菌或病毒，身體就容易受感染，所以藥物副作用不少。」黎醫生說。

最新針藥 九成好

每種痛法都有後遺症，難道就要放棄，任由自己打自己嗎？幸好近年醫學上研發了最新的「生物製劑」，把治療的副作用完全剔除。

「其原理與免疫系統調節劑差不多，但調節劑是壓抑整個免疫系統，生物製劑卻懂得選擇性抑制，即制止產生變化的免疫系統中的某一個關鍵，往後的免疫系統機制就不會發生一連串『自己打自己』的失衡變異。」黎醫生說。

透過靜脈注射的「生物製劑」，一針的注射時間需時兩至三小時，最好在醫院由護士照顧接受注射。之後隔兩星期注射一次，其後是每四星期，再之後是每兩個月。其功效除了可控制九成的牛皮癬病徵外，最重要是去除李先生「關節痛」。

在注射了四劑「生物製劑」後，李先生對效果十分滿意，不過，這新藥物卻是一個頗大的經濟負擔：「每支要兩萬元，目前的治療已用了八萬元，實在不便

與「牛皮」共存貼士

牛皮癬無法徹底治癒，並要終身接受治療，故學懂與「牛皮癬」共存，病情才能得到較佳控制。

- 1. 心境開朗
- 2. 減少壓力
- 3. 睡眠充足
- 4. 均衡營養
- 5. 適量運動
- 6. 塗潤膚膏
- 7. 泡浸含礦物鹽酸的死海或溫泉

宜！是否持續注射治療，還要看每兩個月的身體檢查，看會否帶來後遺症。目前，我可以說與牛皮癬相處已不是難事，只是要持續接受治療。」李先生滿意地說。■

▼死海海水含有豐富的礦物質，能舒緩皮膚角質化情況，故有患者會專程去死海泡浸。



治療方法

一、外用藥物

1. 類固醇激素：令皮膚變薄，減少增厚，但長期使用易感染細菌
2. 維生素 D：抑制皮膚增生，不適宜用於面部
3. 水楊酸：減少角質層
4. 煤焦油：較舊式藥物，目的抑制細胞分裂，減慢增生，不過因為塗抹後會有明顯顏色，故較少人使用



▲治療牛皮癬口服藥物，右為抗癌藥物甲氨喋呤，左為維他命 A 酸衍生物。

二、口服藥物

1. 維他命 A 酸衍生物 (Retinoid)：作用減少皮膚增厚，有可能有傷肝後遺症
2. 甲氨喋呤 (MTX)：屬抗癌藥物，療效快，能同時控制關節炎，但會影響肝臟及腎臟功能，需定時進行檢查
3. 環孢素 (Cyclosporin)：作用抑制免疫系統，長期使用會影響腎功能

三、光學治療

利用 UVB 及 UVA 紫外線，同時結合補骨脂素 (Psoralen)，提高皮膚對紫外線的敏感度，來抑制皮膚的增生。患者需每星期到醫院照射，療程至少半年或以上，效果要待六至八星期後才出現，但長期使用會使皮膚老化及增加皮膚癌風險



▲利用加強的紫外線來治療牛皮癬，一星期要定期照三次或以上，效果可達九成。

四、生物製劑

對免疫系統有針對性的標靶作用，效用高達九成，不會造成傷肝或腎的後遺症，不過費用上萬，十分昂貴

▲最新的「生物製劑」針藥，費用高昂，但沒有傷肝腎後遺症。

下期預告：腦血管瘤

七十歲的黎伯伯，打從退休後就過着早睡早起，多菜少肉，日吃兩份水果，閒來打衛生麻雀的健康生活，所以除了骨頭退化患關節炎外，身體還算健壯。但近幾三、四日，他異常的頭痛卻教人擔心，而且還有頸項僵硬伴隨，終於受不了見醫生……

照磁力共振下，在右腦的某條血管上，赫然發現凸起一個「泡泡」……

因篇幅關係，今期養和醫療信箱暫停。讀者如有任何醫療上的疑問或查詢，請將問題電郵至以下信箱：medifile@singtaonewscorp.com

照燈超標 風險高

李先生碩士畢業後到新加坡工作，病情開始嚴重，有三至四成皮膚都有「牛皮癬」，一般含類固醇的藥膏對他已無效，故此開始使用當時最新的維他命A酸，可惜藥效只能軟化一至兩成的厚皮，病徵仍是明顯，特別是衣服未能遮掩的手背，鮮紅的皮膚總是嚇怕身邊人。

第一線外用藥物的治療失效，隨即就要展開第二線治療，即口服藥物或光學治療。黎湛暉醫生解釋，外用藥物藥效低，副作用亦低；口服藥物及光學治療效果佳，但後遺症卻較大，例如會傷肝損腎，甚至增加患皮膚癌機會。

「我向來的人生哲學是：與其



其中一名牛皮癬患者，他的皮膚呈角質化，由於角質化多數發生於身體及四肢，可以用衣服遮掩。

長活難受，不如精采快活。即使

第二線治療的照燈會增加皮膚癌風險，我都不怕。」李先生說。

當時新加坡的大醫院有此治療及設備，李先生開始每星期接受四次治療，全身暴露於UVA及UVB紫外線的「光學療法」，每次照一分鐘，然後逐漸增加至每次四十分鐘，一個月後李先生九成五的「牛皮癬」治癒了。

光學治療持續了七、八年，而他也曬到像紮鐵工人一樣黑黝黝，「雀斑」和「老人斑」亦布满身。

食藥過量 傷腎臟

在「牛皮癬」得到壓制同時，身上積聚的傷害亦愈來愈多，而且已達飽和的臨界點，再不停止「光學治療」，很可能患上皮膚癌。

患者指甲會有凹陷紋，且周邊會硬化及角質化，甚至整塊狀似脫落。



因為自身免疫系統失調而攻打關節，造成節性牛皮癬病者的雙手關節變形。



厚片型患者，皮膚嚴重變厚及角質化，會經常脫落一塊塊白色厚皮。

臉部很少會有明顯病徵，有的只在額頭有輕微紅印。

- 病徵五大類**
- 1.厚片型：**身體皮膚嚴重角質化變厚，呈一塊塊白色厚皮
 - 2.紅皮症：**患處皮膚異常發紅，與正常皮膚有明顯分別
 - 3.膿疱型：**牛皮癬地方會長出細小膿疱，如果不小小心弄穿就會容易感染細菌，病情變嚴重
 - 4.指甲異常：**患者指甲凹陷，周邊皮膚角質化及硬化，狀似整塊快要脫掉
 - 5.關節性：**伴隨關節發炎，引起痛腫及變形情況

「黎醫生說不可再照，所以後來改用口服藥物；但停照後才四星期，八成厚皮和紅斑又再出現，牛皮癬真係好煩。」李先生說。

初時，李先生轉服抗癌藥物甲氨喋呤(MTX)，但因為長期服此藥會影響肝功能，故服食一段時間後，他又轉服免疫系統調節劑環孢素。期間李先生每兩個月驗血檢查身體，監測藥物的後遺症，以防為治療牛皮癬，卻傷害其他器官。

轉了口服藥物後，李先生的牛皮癬亦有八至九成受控制，療效與光學治療相若，並要定期檢查身體。然而此病不會讓人永久安寧，七、八年後，又出現另一類病徵。

「我腰骨開始見痛，已看過骨醫，確定了不是骨骼或關節退化問題，相信是牛皮癬變嚴重了。」李先生說。

原來免疫系統已慢慢向關節埋手，攻打他的脊椎關節，雖不算嚴重，但已經讓他難受。而且禍不單行，日漸累積的藥物已影響李先生腎功能，看來再使用藥物，不久將來腎功能必然受損。

「免疫系統調節劑是用以壓抑整個免疫系統，讓他別自己打自己，但相對身體抵抗力亦變差，