

# 高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科別	兒童醫學部	編號：7320006
主題	蕁麻疹	2008.06.16 訂定
製作單位	32 病房	2024.03.12 六修

## 一、什麼是蕁麻疹

俗稱「風疹」，是一種紅、腫又非常癢的皮膚過敏反應，主要是因為身體接觸到某一種或多種過敏原（包括食入、吸入、皮膚接觸、注射藥物），導致皮下表淺部的血管擴張、血管壁滲透性增加所致，造成皮膚有紅色疹塊並有強烈的搔癢感，可能在數分鐘內就發作，也可長達兩小時以上才出現症狀，因此常常找不出實際病因。



圖一、身上疹塊

## 二、引起蕁麻疹之原因

- (一) 過敏：急性蕁麻疹通常是由過敏引起，常見的過敏原包括食物、藥物、昆蟲叮咬、寵物皮屑、毛髮及乳膠等。
- (二) 壓力：壓力大的生活型態、與家人缺乏互動或失眠等原因，都可能誘發或增加蕁麻疹發作機率。
- (三) 病毒：各式各樣的病毒感染均有可能引起皮膚的過敏反應，如：感冒的呼吸道病毒，腸胃炎的腸胃道病毒等。
- (四) 特異體質：與上述過敏原無關，出現在運動、流汗、洗熱水澡、久處高溫或寒冷的環境時，甚至皮膚的壓迫也可能產生蕁麻疹。

## 三、如何治療與護理

- (一) 就醫：醫師可協助您從上述過敏原之中找出真兇並避免接觸過敏原，症狀較輕者可給予抗組織胺藥物或是止癢劑止癢，或以皮質類固醇製劑緩解其過敏症狀。
- (二) 修剪過長的指甲並以輕拍、手掌根部按壓或用指腹按摩代替抓癢，可降低搔癢感避免造成皮膚損傷引起細菌感染。
- (三) 出疹期間，皮膚最怕熱及潮濕，要避免洗太燙的熱水澡、穿緊身衣褲或戴項鍊，保持身體清潔，避免皮膚過於乾燥，暫以清水或溫和中性肥皂取代。
- (四) 需要多補充水分，避免皮膚乾燥，也讓過敏原早早排出體外。
- (五) 避免接觸菸(含二手菸)、酒、辛辣等刺激性及不新鮮的食物。(圖二、圖

### 三、圖四)



### 四、如何就醫

一般兒童蕁麻疹至兒科門診用藥後就可獲得改善，但若反覆發作無法改善者，則建議看診兒童感染/過敏免疫科來查明過敏因子。

**就診時間：週一至週五兒童過敏免疫科，診間請詳閱本院實體或網路當月公告門診時刻表**

高雄榮總關心您與孩子的健康

參考資料：

伍雁鈴、程子芸、蕭慧玲、高淑霽 (2023) . 兒童皮膚系統及其護理 . 於陳月枝總校閱，實用兒科護理 (一版，699-727頁) . 華杏。

Asya, V. K., Katerina, A. N., & Petra, S.(2019). Urticaria in children and adolescents An updated review of the pathogenesis and management. *Pediatric Allergy Immunology*, 30, 17-24. <https://doi.org/10.1111/pai.12967>

Bulent, E. S., Deniz, I. G., Umit, M. S., Ozge, S. & Emek, K. (2023). The many faces of pediatric urticaria. *Front Allergy*, 4, 1-15. <https://doi.org/10.3389/falgy.2023.1267663>

圖一、「身上疹塊」高雄榮民總醫院32病房·黃素枝(2024)拍攝授權使用。

圖二、「禁菸」取自國民健康屬·菸害防制組(2014)。

圖二、「禁酒」取自高雄榮民總醫院護理部 OPD·楊婉琴(2022)繪製授權使用。

圖二、「忌辛辣」取自高雄榮民總醫院護理部·楊婉琴(2022)。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！