

汗疱疹

汗疱疹是一种皮肤损伤：症状为在手掌、手指两侧或脚底出现小水疱。这些水疱常导致强烈的瘙痒，瘙痒感甚至会在皮损前出现。有时，水疱会造成皮肤脱落、糜烂或皲裂，伴有强烈疼痛。也可能出现皮肤红肿和增厚。



如果患者抓挠皮损处，可能引发感染，造成渗出、结痂、发炎。

汗疱疹不会传染，也不会留疤。皮损和不适会逐渐出现，通常在温度较高的季节（春夏），发作更剧烈，持续2至3周。

病因不明，但与其他皮损有关：接触性皮炎（尤其是接触镍引起）、特应性皮炎、足部真菌（汗疱疹可能是对其的远隔部位反应），还可能与暴露于紫外线A（UVA）、精神压力、静脉注射免疫球蛋白治疗和刺激性化学制剂（洗涤剂、溶剂等）有关。有时，因妊娠期荷尔蒙变化，怀孕也可能成为诱因。

如何治疗？

在急性期，需涂抹皮质类固醇药膏2至3周进行治疗。

可口服或局部外用以缓解瘙痒。请谨遵医嘱。

请尽量避免抓挠皮损处，以免病程延长并增加感染风险。



（保湿霜）

如何预防？

了解个人的发病诱因并进行避免最为重要。此外，请勿接触刺激性化学制剂，并做好常发病部位（手足）的保湿。

在做家务时，可戴上手套：乙烯基手套优于乳胶手套。

请勿将手脚浸泡在水中超过15分钟，并避免水温过高。

同时，建议保持良好的足部卫生：正确清洗并擦干，尤其是在运动后。建议穿棉袜和透气性良好的鞋子。

