

## 酒糟 ( Rosacea 玫瑰斑 )

Rosacea 的原意為 " rosy " (玫瑰樣的) , 中文譯為酒渣、酒糟或酒糟鼻。可能是因為有些病人臉紅或鼻頭紅腫，球狀鼻瘤之外觀，常被誤認是長期喝酒引起。但此名稱因易造成大眾錯誤聯想，甚至給予病人心理壓力，所以目前已被正名為“玫瑰斑”。

玫瑰斑是一種皮膚慢性發炎的疾病，好發於額頭、臉頰、下巴及鼻子。尤在皮膚白晰的北歐，特別是 Celts 人種中特別常見。目前台灣玫瑰斑的盛行率約1-5%。玫瑰斑雖可見於任何年齡層，但病人多在30至50歲開始有臨床症狀。常主訴因為日曬、熱、興奮或食用熱的食物或飲料時，雙頰易出現反覆潮紅，進而產生持續性紅斑、微血管擴張及丘疹或膿疱，有時亦合併刺癢感或燒灼感等等症狀造成患者不適及困擾。

事實上，玫瑰斑是一種體質性的皮膚反應，真正的原因目前仍未知。推測可能與免疫系統、血管的異常活性、蠕型蟎蟲 (Demodex)、個人體質及荷爾蒙有關。此外，停經前後、服用血管擴張藥物或長期使用外用類固醇藥膏也有可能加重玫瑰斑的病情。

### 一. 玫瑰斑臨床表現：

早期玫瑰斑可依照臨床表現分為四型，包含三種皮膚型態及一種眼睛型態：

1. 紅斑血管擴張型：女性較常見，以臉部持續性潮紅或紅斑為典型表現，常合併微血管擴張情形，但通常不會影響眼睛周圍。
2. 丘疹膿疱型：女性較常見，臉部出現暫時性丘疹或膿疱，慢性發炎可能導致長期臉部紅斑。
3. 鼻瘤型：男性較常見，皮脂腺及皮膚組織增生導致皮增厚變大，最常見造成鼻頭紅腫成球狀。
4. 眼睛型：眼睛乾癢、灼熱刺痛、異物感或結膜炎等症狀，可單獨出現或合併皮膚型玫瑰斑表現。

然而，因病人可能以不止一種型態表現，近幾年國際共識多根據病人是否有典型症狀，如是否週期性受到外在誘因造成持續性臉部紅斑、鼻瘤型變化、臉部潮紅、微血管擴張等等來確立診斷。

### 二. 哪些疾病易與玫瑰斑混淆

痤瘡(青春痘)，停經前後的臉部潮紅、紅斑性狼瘡、臉部化妝品或其他外用藥過敏、脂漏性皮膚炎、臉部皮癬菌感染、長期使用外用類固醇引起的皮膚萎縮、微血管擴張之類固醇酒渣以及突然停藥發生之類固醇戒斷皮膚炎等。約10% 玫瑰紅斑病人會併發其他臉部疾病。所以疑有此病者，應找皮膚專科醫師細心診斷及治療。若擅自給非專業的醫師或美容師處理，可能使病情惡化。

### 三. 玫瑰斑的治療：

治療前先確定有無合併其他臉部疾病，並幫病人找出生活中誘發潮紅的因子，盡量加以避免，以減少潮紅或持續性紅斑，再依照不同階段、不同表徵的玫瑰斑選擇治療方式。

1. **外用藥物**：健保給付的metronidazole凝膠為丘疹膿疱型玫瑰斑的首選藥物。原本在治療青春痘的外用杜鵑花酸藥膏，用以治療玫瑰斑部分患者亦有療效。但在紅斑較嚴重且特別是已長期使用外用類固醇藥膏的患者，則可以考慮自費使用非類固醇的外用免疫調節劑(如內含 tacrolimus 或 pimecrolimus藥膏)或可使局部血管收縮的藥膏(如Mirvaso敏立紓凝膠)治療。若是蠕型蟎蟲 (Demodex)過多所造成的玫瑰斑患者，則可考慮自費使用內含ivermectin成分，具有抗寄生蟲和抗發炎的療效的藥膏(如Soolantra 舒利達乳膏)。

2. **口服藥物**：以四環黴素類抗生素，羥氯奎寧 (hydroxychloroquine)及維他命A酸(20-40mg/day) 為主。

3. **雷射治療**：可以強力脈衝光或脈衝染料雷射處理微血管擴張問題。

4. **手術**：鼻瘤型可考慮用手術方式或二氧化碳汽化雷射治療；較嚴重的潮紅或持續性紅斑可考慮交感神經切除術。

#### 四. 玫瑰斑患者的照護注意事項：

玫瑰斑患者病臉部遇熱散熱的功能失調，導致臉部血管持續擴張，紅腫不退，類似汽車的散熱器功能不佳的現象。因此，預防辦法是盡量避免各種惡化因子，包括：

1. **遠離高溫或極冷環境**：玫瑰斑患者肌膚容易受到溫度影響，包括炎夏、蒸臉、泡溫泉等高溫環境，都可能引發酒糟性皮膚炎反覆發作，應盡量避免。

2. **冷卻降溫**：臉部潮紅不退時，可口含冰塊或冰水，用冷水敷臉部皮膚，或待在冷氣室內，幫助身體散熱。

3. **避免喝酒或含咖啡因飲料**：咖啡因會使血管收縮，因此喝咖啡不會引起潮紅，但長期飲用含咖啡因飲料，突然不喝的戒斷使得血管恢復原本的狀態，導致流向大腦及臉部的血液增加，使玫瑰斑惡化。而喝酒會使血管擴張，亦可能使玫瑰斑惡化。

4. **作息正常、減少壓力**：壓力過大或辛辣食物都可能引起玫瑰斑發作，醫師建議酒糟性皮膚炎患者調整生活作息，維持充足睡眠並放鬆心情、適度舒壓，少吃刺激性食物。

5. **做好臉部保濕防曬**：由於玫瑰斑患者肌膚本身的屏障已受損，鎖水能力不佳，因此需適度保濕並做好防曬措施，如使用高係數防曬及多撐傘戴帽，以杜絕紫外線對酒糟肌的傷害。

6. **慎選清潔保養品**：患者不應過度清潔肌膚、去角質或塗抹厚重的彩妝，以免加重酒糟性皮膚炎，同時也要避免使用具刺激性或含酒精的臉部清潔、保養品與彩妝品。對於皮膚紅斑，乾燥及癢感可使用保濕劑或凡士林油保護及減輕症狀。

#### 五. 結論：

臨床上玫瑰斑表現可能和其他皮膚疾病(如皮膚過敏、濕疹、痤瘡、脂漏性皮膚炎或紅斑性狼瘡等)類似，故診斷臉部的紅斑性疾病不可以掉以輕心。若病人臉部有紅斑，持續性雙頰泛紅者，應詢問是否有易誘發潮紅的因子，再仔細與其他紅斑性疾病做鑑別診斷，以免誤診導致不當治療。

民眾切忌自行至藥房購買藥物治療，尤其內含強效類固醇外用藥，會使玫瑰斑更加惡化，最終成類固醇玫瑰斑或紅臉症候群。應到皮膚科門診接受專業診療，接受最合適的治療。

製作單位：成醫皮膚部

製作日期：94.02.22

修訂日期：111.7.