



醫療新知

癢癢知多少

前言

- 腎臟病患者因尿毒累積，面臨許多健康議題，搔癢便是其中一項，除了影響睡眠及生活品質，也可能讓患者承受莫大壓力。據統計，高達一半的洗腎病人有皮膚搔癢的問題，了解其成因與處置，是每個腎友需要的。

成因

- 尿毒造成搔癢的機轉，目前尚未被完全釐清。學理上一般認為洗腎病人因免疫失調之故，比較容易產生發炎反應，釋放大量組織胺(histamine)，引起皮膚癢感。另外也有研究發現，腎病情況下，體內兩種鴉片受器(opioid receptor)的比例失衡，和搔癢的發生有關。臨床上，透析不足或皮膚乾燥的病人也常常有皮膚癢的問題。。

症狀

- 背部是最典型的搔癢發生部位，其他如腹部、頭頸部、手臂，甚至全身都有可能，通常呈現對稱性分布。發作常見於夜間，但持續時間差異很大，有的人可能一天癢幾分鐘，有的人可能整天都覺得癢。

診斷

- 依據病史和臨床症狀確診，但也必須注意排除其他可能的疾病，如過敏、接觸性皮炎(contact dermatitis)、膽汁淤積(cholestasis)、皮膚淋巴瘤(cutaneous lymphoma)。

治療

- 目前未有標準金科玉律，市面上、研究上都呈現百家爭鳴的局面。且每個人對藥物的反應不同，可能需幾經嘗試才能找出適合自己的治療。
- 組織胺和搔癢有關，肥大細胞(組織胺的釋放來源)安定劑是其中一大類藥品，例如臨床上最常使用的過敏藥：抗組織胺，是最常見的經驗性用藥，可能有嗜睡之副作用。
- 另一項臨床最常見的措施，便是調整透析處方，務求高品質及足量透析，改善毒素累積常常亦可改善搔癢。此外，血液透析過濾術(HDF, hemodiafiltration)對於中大型分子發炎介質的清除率較佳，改洗 HDF 可能改善炎症緩解搔癢。

- 紫外線光療，是發展已久的搔癢輔助療法，須轉介皮膚科醫師評估，可能有曬傷的副作用。
- 諸多治療之中，目前最被廣為研究，也有較佳證據的藥物是 gabapentin/pregabalin，惟健保僅給付用於神經痛(如帶狀泡疹)或癲癇之輔助療法，搔癢患者除須自費，暈眩、嗜睡也是不少見的副作用。
- 針對鴉片受器失衡，有藥物 nalfurafine，經證實對搔癢有效，但可能有頭痛、噁心或失眠的副作用。

結語

- 透析患者的皮膚搔癢成因複雜，統計上發現，尿素氮(BUN)、鈣、磷或副甲狀腺素(PTH)過高，也比較容易會搔癢，因此患者除了洗腎要洗得夠，也要注意飲食控制並搭配磷結合劑。
- 皮膚乾燥也會併發搔癢，除市面上常見含神經醯胺(ceramide)的保濕乳液，因 gamma 次亞麻油酸(GLA)經實證發現有助緩解洗腎患者之搔癢，腎友更可嘗試含 GLA 之乳液。
- 辣椒素(capsaicin)藥膏平時用於疼痛治療，但對洗腎患者也有不錯的止癢效果，歐美國家使用已久，但國內並不風行，若自費 gabapentin 卻無法忍受副作用，其實可以考慮嘗試。
- 搔癢的治療不容易，腎友須有耐心，可與醫護人員討論，甚至尋求皮膚科醫師協助，切勿默默概括承受。



圖片來源：網路圖片

資料來源：安慎診所洗腎室

安新診所洗腎室 劉晉榮醫師提供