



Lingnan 嶺南大學
University 香港 Hong Kong

Asia-Pacific Institute
of Ageing Studies

主辦

協辦



香港防癆心臟及胸病協會
Hong Kong Tuberculosis, Chest
and Heart Diseases Association

中醫治療濕疹

主講：

香港防癆心臟及胸病協會 (中醫服務)

- 劉旭升醫師

資助機構：



中醫藥發展基金
Chinese Medicine Development Fund



活動聲明

本資料 / 活動 (或由獲資助機構) 所表達的任何意見、研究、結果、結論或建議，並不代表香港特別行政區政府、醫務衛生局、中醫藥發展基金諮詢委員會、中醫藥發展基金執行機構或香港生產力促進局的觀點或意見。



【香港防癆會藍義方中醫診所】

地址:香港北角英皇道383號18樓, 1801-1802室

服務時間:

星期一至五 : 9am - 2pm / 3pm - 8pm

星期六 : 9am - 1pm / 2pm - 5pm

星期日及公眾假期休息

電話 : **3460 3718**



【香港防癆會梁仲清中醫診所】

地址:香港灣仔灣仔道83號18樓全層

服務時間:

星期一至五 : 9am - 2pm / 3pm - 8pm

星期六 : 9am - 1pm / 2pm - 5pm

星期日及公眾假期休息

電話: **2861 0902**

內容

01

背景

濕疹發病率

02

診斷

症狀、狀態、特性

03

中醫治療

中醫如何治療濕疹

04

中醫藥特色療法

火針、刺絡放血、濕敷

05

調養

日常生活

06

問答



以下資料謹供參考。
已盡力確保資料準確無誤，
如有任何疑問，
閣下應向合資格醫療專業人員直接查詢。





01

背景

濕疹發病率

世界濕疹發病率約為20%，即每5人中就有1人患過濕疹¹。

美國濕疹病人數佔人口10.1%(約3160萬)²，兒童發病率為15%(1997年)³。



¹Thomsen SF. Atopic dermatitis: natural history, diagnosis, and treatment. ISRN Allergy. 2014 Apr 2;2014:354250. doi: 10.1155/2014/354250. PMID: 25006501; PMCID: PMC4004110.

²Silverberg, J. I. & Hanifin, J. M. Adult eczema prevalence and associations with asthma and other health and demographic factors: A US population-based study. Journal of Allergy and Clinical Immunology vol. 132 1132–1138 (2013).

³Silverberg, J. I. et al. Atopic dermatitis in the pediatric population: A cross-sectional, international epidemiologic study. Ann. Allergy Asthma Immunol. 126, 417–428.e2 (2021).

濕疹發病率

中國濕疹病人，成人未有統計數據，

而兒童在2014年估算為12.94%（12個城市）¹，

長者濕疹發病率亦有上升趨勢²。



中華醫學會
CHINESE MEDICAL ASSOCIATION

1. Guo, Y., Li, P., Tang, J., Han, X., Zou, X., Xu, G., ... & Yao, Z. (2016). Prevalence of atopic dermatitis in Chinese children aged 1–7 ys. Scientific Reports, 6(1), 29751.

2. 中華醫學會，中華醫學會雜誌社，中華醫學會皮膚性病學分會，等．特應性皮炎基層診療指南（2022年）[J]．中華全科醫師雜誌，2022，21(7)：609-619. DOI: 10.3760/cma.j.cn114798-20220215-00102.)

濕疹發病率

香港過敏協會 估算 全港有**150**萬人曾患濕疹¹，

其中約三分之一為中至嚴重濕疹，即約**50**萬人。



1. 濕疹關注組轉引自“濕疹.香港過敏協會. Retrieved May 18, 2020, from https://www.allergyhk.org/?page_id=37”

兒童濕疹

2021年學童發病率**41.6%**(HKU-SWSA, 2022)，小學發病率比中學高。
整體過敏情況比大多亞太及西方國家高¹。

中大研究指出過度清潔消毒增加濕疹等過敏症風險病率²

疫情期間出生的嬰兒的過敏症發病率
比新冠前出生的嬰兒增加**46%**



HKU
SWSA

Department of Social Work and Social Administration
The University of Hong Kong
香港大學社會工作及社會行政學系



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong

¹. 全港中小學學童敏感病發病率研究結果發佈 - (https://www.hku.hk/press/press-releases/detail/c_23934.html)

². Zhang, L., Xu, W., Meng, H. Y. H., Ching, J. Y. L., Liu, Y., Wang, S., ... Ng, S. C. (2024). Impacts of COVID-19 pandemic on early life gut microbiome. Gut Microbes, 17(1).
<https://doi.org/10.1080/19490976.2024.2443117>



02

診斷

濕疹

包含但不限於¹：

1. 異位性皮膚炎（Atopic dermatitis）
2. 接觸性皮膚炎（Contact dermatitis）
3. 汗疱（皰）疹（Dyshidrotic eczema）
4. 神經性皮膚炎（Neurodermatitis）
5. 錢幣狀濕疹（Nummular eczema）
6. 脂溢性皮膚炎（Seborrheic dermatitis）
7. 瘀滯性皮膚炎（Stasis dermatitis）

¹. 美國國家濕疹學會(<https://nationaleczema.org/eczema/types-of-eczema/>)

成因



皮膚免疫

皮膚屏障功能問題
免疫系統引發炎症是
主要因素。



遺傳因素

家族有濕疹史
部位基因缺陷及突變
引發皮膚屏障問題



環境因素

外來刺激物
(如清潔劑，酒精)
引發炎症；
精神情緒亦會影響免疫功
能。

特點

- 患處多對稱分布
- 患處形狀不規則
- 反覆發作
- 易成為慢性疾病
- 分為急性，亞急性，慢性。

分類

急性

- 起病快
- 部位不定而廣泛
- 瘙癢
- 皮膚紅腫熱
- 見丘疹疱疹水泡團或密集成片
- 抓破後見皮損糜爛滲水結痂
- 痂脫落後見光嫩皮膚
- 容易覆發

亞急性

- 急性濕疹轉變
- 症狀仍有，但相對減輕

慢性

- 由急性或亞急性多次覆發而成
- 皮膚增厚，粗，色素沉著，紋理明顯或苔蘚樣變
- 少量抓痕，皮屑，血痂。
- 仍有瘙癢
- 病程長

部位



嬰兒

頭面

四肢

胸腹



兒童

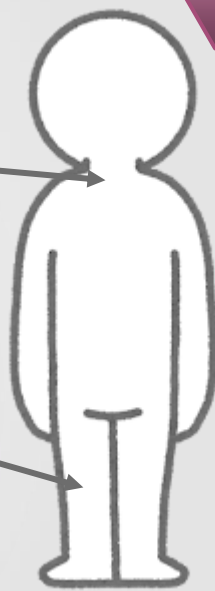
眼瞼

頸

肘窩

脛窩

腕踝



成人

症狀



皮膚瘙癢

難以抗拒的**瘙癢**！



皮膚乾燥

皮膚出現**皮損**，
發炎，**紅腫**，**水泡**，
加劇**瘙癢**。



滲水

當水泡抓破後，
出現**滲水**，甚至**出血**。



結痂

滲水乾後**結痂**，
再次**瘙癢**。



增厚

反覆發炎結痂後
患處**增厚**，**變粗**，
紋理加深。



易感染

由於皮損及滲水，
細菌感染見**膿**。

治療方法

外用消炎

外用抗組織胺藥物，
外用類固醇，部
份用抗生素。

系統治療

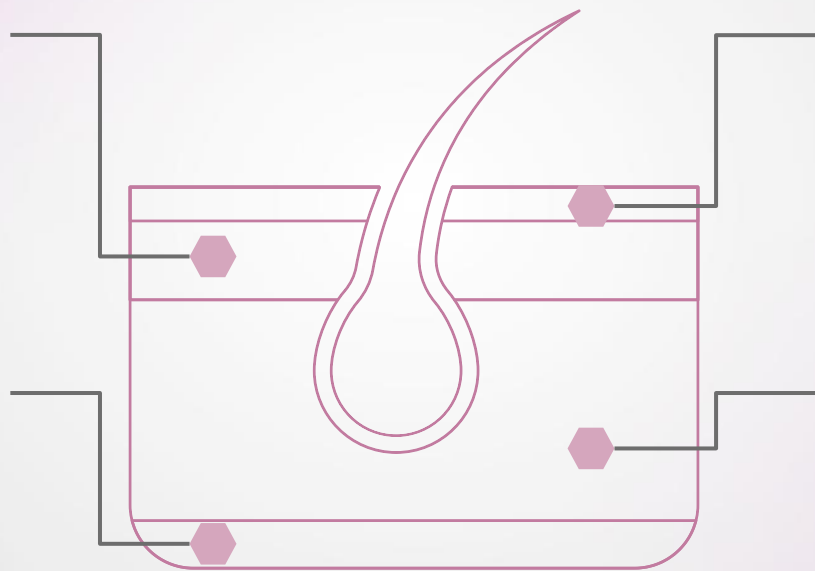
口服類固醇，
生物制劑，
免疫抑制劑

潤膚

保持皮膚濕潤，角
質層完整，減少炎
症。

光照治療

窄頻UVB



03

中醫

中醫角度 如何看待濕疹



濕瘡、 嬰兒濕瘡

定義：多種皮損，形態各異，總有瘙癢、糜爛、流滋、結痂症狀的皮膚病患。

- 一般分類急性、亞急性及慢性三類。
- 中醫文獻依據其發病部位和性質而有不同名稱。

濕瘡、 嬰兒濕瘡

按性質者：

- 浸淫遍體、滋水極多者，稱**浸淫瘡**。
- 形態以丘疹為主，形如粟米，稍**血風瘡**或**粟瘡**。

按部位者：

- 發於耳，稱**旋耳瘡**
- 發於手，稱**癩瘡**
- 發於乳頭，稱**乳頭風**
- 發於臍，稱**臍瘡**
- 發於肘臑窩，稱**四彎風**
- 發於陰囊，稱**胞漏瘡**、**腎囊風**或**繡球風**

病因病機

稟賦不耐

先天父母影響

風、濕、熱

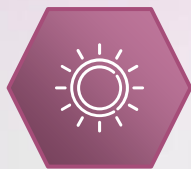
人體接觸外部邪氣或；

食飲不慎，起居失調令體內生
成濕邪，熱毒；

邪氣阻於肌膚共同致病



辨證論治



濕熱



脾虛



陰(血)虛



風燥

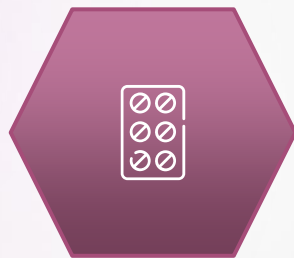


血瘀

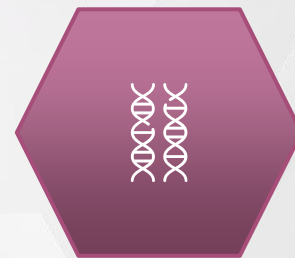
中醫治療



內服中藥

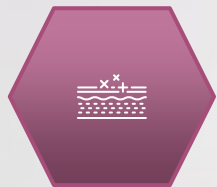


外用中藥



針灸治療

證型



濕熱證



血虛風燥



脾虛濕蘊



營衛不和¹



陰虛風燥



瘀血內停

外用中藥

外用中藥主要分為外洗中藥以及外用藥膏兩類。

外洗中藥主要應用於急性、亞急性濕疹。

主要目的為清熱利濕，解毒消腫，祛風止癢。令急性濕疹發作平息，加快轉變成慢性濕疹。

外用藥膏主要應用於亞急性濕疹、慢性濕疹。

主要目的是利用油劑緩慢特性，把中藥藥力持續而緩慢作用於皮膚。令慢性濕疹皮膚保持濕潤穩定狀態，亦可以令初起覆發濕疹盡快平息。

外洗藥方

濕漬法是濕和漬兩種醫療處理方法的合稱。

濕是將飽含藥液的紗布或棉絮敷於患處，漬是將患處浸泡於藥液之中，前者相當於現代常用的濕敷法，因兩法往往同時進行；故兩法合稱之濕漬法。

四黃消炎洗劑，茶菊脂溢性洗液，止癢利濕外洗顆粒

偏方外洗方：

馬齒莧、金銀花、崩大碗（積雪草）、芫荽、綠茶等等等等。

外用藥膏

紫雲膏，紫黃膏，四黃膏，青黛膏

紫雲膏主要草藥：

《生肌玉紅膏》- 外科正宗

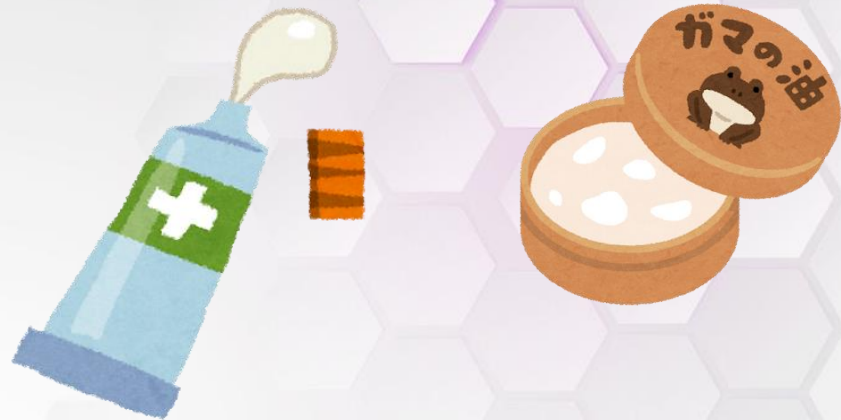
紫草、當歸、血竭、白芷、白佔（白蠟）、甘草、*輕粉、麻油

四黃膏：

黃連、黃芩、黃柏、大黃

演變：

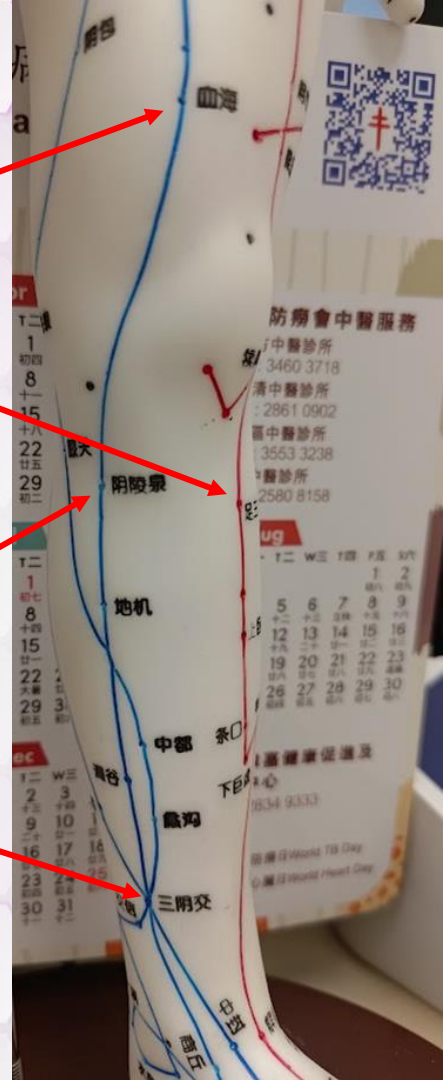
青黛、側柏葉、梔子、連翹、苦參、防風、荊芥、薰衣草、茶樹精油等



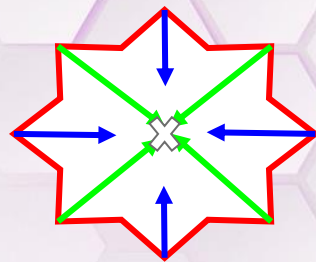
針灸治療

體針：辨證施治

- 濕熱：陶道，曲池，肺俞，神門，陰陵泉
- 脾虛：中脘，天樞，氣海，關元，足三里，脾俞，胃俞
- 陰（血）虛：足三里，三陰交，大都，郄門，血海
- 血瘀：血海，膈俞，商丘，丘墟，照海
- 艾灸：曲池，血海，肩髃，環跳，合谷，百會，大椎，患處



針灸治療



局部針

- 揚刺法：皮疹中心刺一針，在其四側再淺刺一針。
- 圍刺法：在皮疹周邊向中心進行針刺，一般以淺刺為主。
部份疹團較大者需進行兩重圍刺。
- 浮刺法：在丘疹旁淺刺中心，儘量以不刺破水泡為佳。

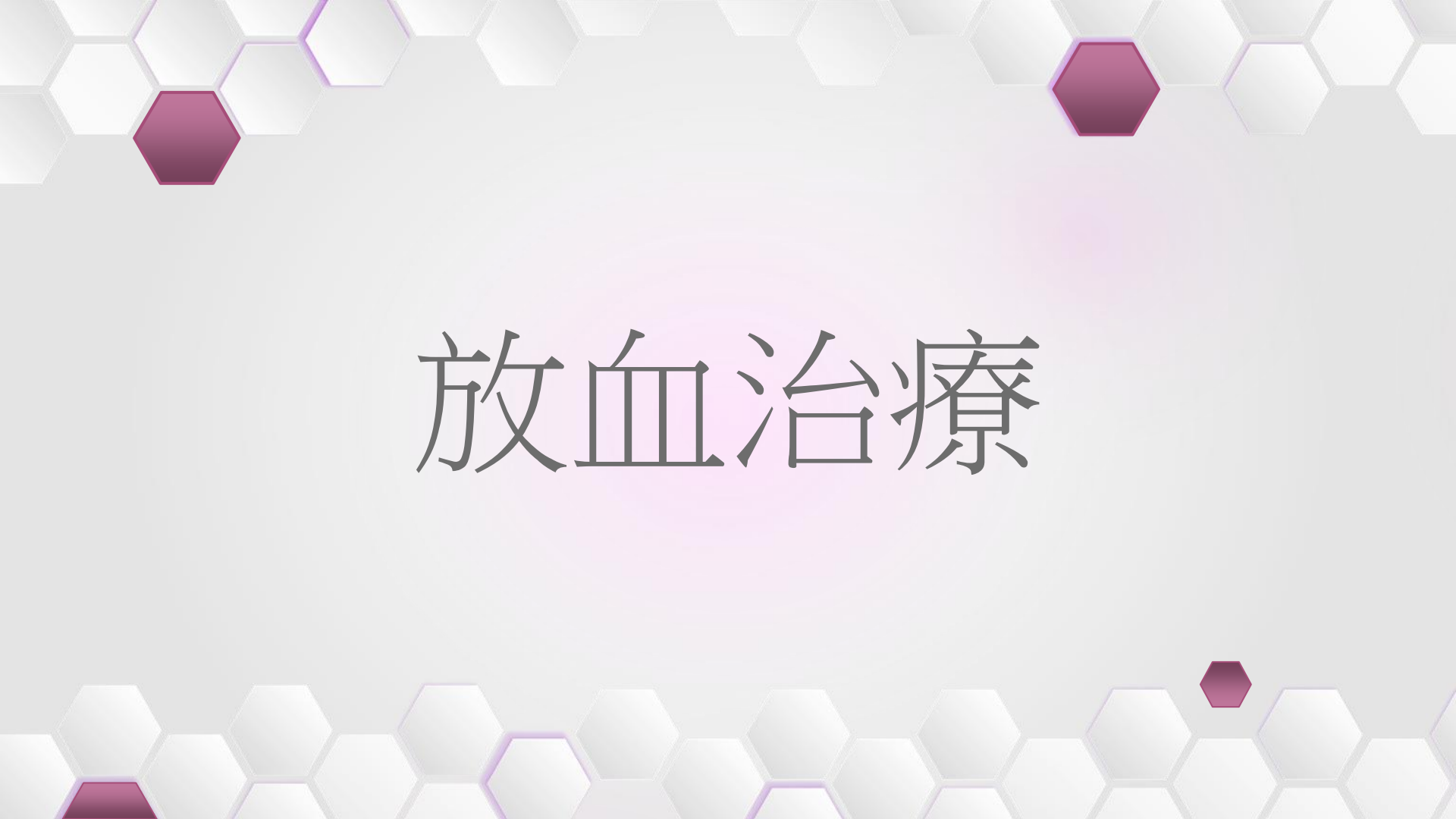


04

特色療法



火針治療



放血治療



05

調養

未病先防，既病防變

調養

01

保濕

皮膚濕潤，屏障完整

03

生活

良好生活作息

02

運動

帶氧運動，適量出汗

04

飲食

尋找致敏原，忌而不禁

保濕潤膚

急性期

- 清爽感（較易推開）
 - 凝膠（GEL）
 - 乳液（LOTION）
- 乳霜（LIGHT CREAM）
 - 透氣
 - 滲水減
 - 保濕



亞急性、慢性期

- 油潤感（較難推開）
 - 軟膏（CREAM）
 - 糊膏（PASTE）
- 滋潤軟膏（RICH CREAM）
 - 油膏（OINTMENT）
 - 較潤
 - 乾燥肌膚適用
 - 黏膩



保濕潤膚

- 個人
- 經濟
- 季節
- 皮膚狀態部位
- 時間
- 環境
- 無刺激性
- 無香料
- 無防腐劑
- 低致敏性
- 不會堵塞毛孔



保濕潤膚

洗澡

- 清潔皮膚
- 去除致敏原，油脂污垢，皮屑
- 洗澡軟化及沖走角質層，浴後皮膚水份會逐漸蒸發，皮膚變乾燥，屏障會失效，加劇炎症或瘙癢。
- 減少皮膚水份蒸發
 - 時間：次數少，時間短
 - 水溫：水溫低，刺激少
 - 浴劑：低致敏，用油劑
 - 浴後保濕：鎖住水份



適量運動

除部份特殊情況外，均建議濕疹患者進行適量帶氧運動。

帶氧運動出汗後，只要盡快做好清潔，做好保濕。

對緩解亞急性濕疹瘙癢有很大幫忙。

另外，慢性濕疹患者，保持帶氧運動習慣，
能夠穩定濕疹，減少慢性濕疹復發。



生活作息

良好而規律睡眠

- 常見於瘙癢影響睡眠，睡眠質素差而免疫系統紊亂，皮膚狀態更差，又加劇瘙癢。

- 改善睡眠：
藥物
運動



- 目的減少瘙癢影響睡眠，更增睡眠質素。

情緒穩定

- 濕疹反覆發作，無疑為患者帶來持續負面情緒。
- 改善濕疹症狀，縮短急性發作期，加快皮損修復。症狀改善是讓精神情緒改善的先決條件。
- 而在症狀有改善，應調整心態，保持情緒穩定而正面樂觀，更有動力，更為積極。作下一步治療。

飲食宜忌

- 忌口而不戒口，積極尋找致敏原。
- 未知而卻步，後悔感等負面情緒更為影響皮膚。

忌：

糯米，芒果，榴槤，荔枝，龍眼，菠蘿，釋迦，山竹，無鱗魚，甲殼類海產。





以下資料謹供參考。
已盡力確保資料準確無誤，
並不對該等資料的準確性作出任何明示或隱含的保證。
個人身體狀況因人而異，
如有任何疑問，
閣下應向合資格醫療專業人員直接查詢。



茶飲

適用於亞急性及慢性濕疹患者。

- 四神茶：芡實，山藥，蓮子，苡仁。
- 白茶／花茶：清淡芳香為主，又不傷胃。
- 玉米鬚茶：淡滲利水，消除水腫。



湯水

清補涼健脾祛濕湯(四人份量)

材料：

淮山30g、蓮子30g、肇實30g、百合15g、薏苡仁30g、
陳皮2片、生薑3大片、黨參6g、黃耆6g、瘦肉200g

做法：

1. 瘦肉洗淨汆水後備用。
2. 其餘湯料洗淨後浸30分鐘。
3. 加入2L清水及湯料大火煮滾後轉小火煲1.5小時，
熄火後落鹽調味即可。

可依口味加入沙參、玉竹、麥冬、南北杏、紅棗、
蜜棗、桂圓、扁豆、眉豆等等。



圖片:劉旭升醫師



問答

如有任何疑問，
閣下應向合資格醫療專
業人員直接查詢。



【香港防癆會藍義方中醫診所】

地址:香港北角英皇道383號18樓, 1801-1802室

服務時間:

星期一至五 : 9am - 2pm / 3pm - 8pm

星期六 : 9am - 1pm / 2pm - 5pm

星期日及公眾假期休息

電話 : **3460 3718**



【香港防癆會梁仲清中醫診所】

地址:香港灣仔灣仔道83號18樓全層

服務時間:

星期一至五 :9am - 2pm / 3pm - 8pm

星期六 : 9am - 1pm / 2pm - 5pm

星期日及公眾假期休息

電話:**2861 0902**

Thanks!



CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, and includes icons by **Flaticon** and infographics & images by **Freepik**

Please keep this slide for attribution