

癢~ 都是尿毒惹的禍

撰文◎腎臟科慢性腎臟病護理師 詹沛慈

搔癢，是慢性腎臟病人常見的皮膚問題，當進展至末期腎病變（end-stage renal disease）時，大部分病人為此感到困擾與難受。搔癢的範圍大多在背部，再來是腹部、頭部、四肢，具有對稱性；另外，也會因為搔抓造成皮膚病變如：脫皮、苔蘚化，結節性癢疹等症狀。

末期腎病變的病人容易皮膚乾燥，角質化明顯，且年長者皮脂腺漸漸萎縮，汗腺分泌代謝也不佳，會刺激皮膚產生搔癢。還有一些因素，例如尿毒素、高鈣血症、高磷血症、高鎂血症、維他命A過多、副甲狀腺機能亢進、周邊神經病變等等，都與皮膚搔癢有關。

尿毒性搔癢的處理與治療

一、透析方式

- （一）適當透析（俗話說「洗得乾淨」之意）與透析機溫度調降，皮膚癢的症狀或許可以獲得改善。
- （二）透析一開始就癢，可能和殘留於透析管路或人工腎臟的化學藥劑有關，只要加強透析前管路的沖洗，通常可以改善。

- （三）更換較大面積的人工腎臟（AK）或延長透析時間，也可以每週洗一次血液透析過濾（Hemodiafiltration, HDF），清除較多的中大分子，仍可能改善癢的問題。
- （四）有些研究指出，透析中使用低鈣藥水是有幫助。
- （五）少數個案透析中皮膚癢與抗凝血劑（Heparin）過敏有關，可改用低分子抗凝血劑試試看。

二、局部治療

- （一）潤膚劑：市售成分不一，多含有尿素、甘油、礦物油等保溼因子。如：Baktolan、施巴微酸性潤膚乳液。
- （二）局部類固醇：也常用於尿毒性搔癢，



如Tricodex、Topsym、Dermovate等。

- (三) Capsaicin：是一種胡椒萃取出來的天然鹼，主要做為局部麻醉劑，可阻斷痛覺和癢覺，但價格昂貴。
- (四) Doxepin (Ichderm) 乳膏：為三環四級胺抗鬱藥物，具有強度的抗組織胺混合活性。

三、物理治療

- (一) 紫外線B (UVB)：有多項研究證實可以用來治療尿毒性搔癢。可能的機轉包含：減少某些細胞表面受體的表現，可以使皮膚中特定T細胞進入細胞凋亡，進而使一些因為T細胞活性過強而惡化的皮膚病得到改善，可以促進某些分泌介質增加。
- (二) 蒸氣浴或傳統療法「針灸」，對皮膚搔癢也有一定的療效。

四、手術治療

- (一) 副甲狀腺切除：因為血液中鈣、磷過高，造成副甲狀腺機能亢進，這種頑強的皮膚搔癢必要時需接受副甲狀腺切除，才能有效改善，但並非所有個案皆如此。
- (二) 腎臟移植：最佳的治療方法。

五、全身性的治療

- (一) 口服醫藥級活性碳藥物、抗癲癇藥物、抗組織胺，以及鈣磷結合劑（用於鈣磷不平衡的個案）等等，皆有其療效。
- (二) 長鍊脂肪酸：透析病人體內的必需脂肪酸組成的異常，也可能與皮膚搔癢

有關係。必需脂肪酸來源如：魚油、橄欖油、番紅花油，對皮膚搔癢都有幫助。

六、日常生活注意事項

- (一) 選購弱酸性清潔產品較不傷皮膚，市售肥皂偏鹼性居多。
- (二) 洗澡水溫度不宜過高，應用手試水溫，溫水偏涼三十七至四十℃，若使用水溫過高容易過分清潔油脂，造成內油外乾。
- (三) 洗澡時避免使用過多工具（毛巾、刷子、海綿），也不宜洗澡太久或含有顆粒的清潔產品。
- (四) 洗澡後使用成分單純、添加物較少的保濕乳液或凡士林塗抹肌膚、穿棉質的衣服。
- (五) 勿亂服成藥或來路不明的中草藥，花大錢又傷身。

醫病配合 癢不纏身

尿毒性搔癢是臨床上的一道難題，有些搔癢原因難以確認、但必需排除非尿毒引起之因素，如疥瘡、藥物過敏、異位性皮膚炎等。唯有醫病配合，遵守飲食及生活原則，才能提高生活品質。



作者介紹

詹沛慈 腎臟科慢性腎臟病護理師

1. 具專業護理師、血液透析、腹膜透析、腎臟照護衛教師證書。
2. 擔任過林口長庚急症外傷科護理師，恩主公醫院透析中心護理師，受過專業訓練，對於血液透析及慢性腎臟疾病照護有相當經驗。