



過度按摩耳朵出現耳廓假性囊腫，得不償失

恩主公醫院皮膚科主任 王綺嫻

前陣子網路瘋傳按摩耳朵有許多好處，號稱促進循環還可延年益壽等等，老王照三餐定時按摩耳朵，為求效果，還很用力的按摩。沒想到，兩個星期後，右側耳廓出現一個腫塊，摸起來軟軟的，老王越按越害怕，太太勸他停止按摩，但是耳朵的腫塊並沒有改善的跡象。過度認真按摩耳朵，身體還沒變健康，還得到醫院報到。

醫師檢查老王的耳朵，東摸西看，診斷是耳廓假性囊腫。醫師問他，是否習慣右側睡，長時間壓迫耳朵？或是戴耳機、安全帽等物品擠壓耳朵？還是從事什麼運動，會持續摩擦或壓迫耳朵？老王太太邊聽邊搖頭，跟醫師報告：「他是自作自受啦。他自己很用力地揉捏耳朵，而且一天好幾次，想到就按，耳朵當然會變形。」

耳廓，由一層薄薄的皮膚包覆著軟骨。因為是軟骨，可以做大幅度的形狀改變，但是這些揉、捏、拉或折耳朵的動作會造成軟骨的微小受傷。除此之外，長時間配戴不合適的耳機、安全帽或工程帽所造成的擠壓；習慣某邊側睡，將耳朵壓或折在較硬的枕頭上；或是摔角、拳擊或橄欖球等激烈撞擊的運動，都會造成耳殼部位軟骨的微小受傷。

軟骨受傷後會產生一連串的发炎免疫反應，導致富含蛋白質的組織液堆積在軟骨中，受傷太嚴重，還可能合併出血現象。耳廓的腫塊，在病理檢查時，沒有囊腫的內襯組織，因此稱作假性囊腫。耳廓假性囊腫，大部分出現在20歲到50歲男性的右耳，假性囊腫內的液體約為1-5C.C.，有時候會造成疼痛，有時候沒有任何症狀。



耳廓出現微微疼痛的腫塊



用針頭抽吸出血液合併組織液



治療後腫塊消失



耳廓假性囊腫常有復發現象。常見的治療方法包括：外科手術切除，合併去除部分受傷後變性發炎的軟骨。或以針頭抽吸出組織液或血腫，並合併注射微量藥物。需定期追蹤及避免再度傷害耳殼，才能有效避免復發。