



新冠確診後

撰文◎中醫部內婦兒科主治醫師 黃琦雯

皮膚好癢又掉髮

中醫 can help

“

25歲小欣一個月前確診新冠肺炎，經過感冒症狀治療藥物及休養後，上呼吸道症狀雖已緩解大半，雖仍有零星咳嗽以及疲倦、口乾的症狀，但不以為意，近期業務堆積如山，因此常加班且忙碌到忘記喝水吃飯，在長時間佩戴口罩說話也經常覺得喘不過氣，最近幾日早晚溫差大，咳喘情形加重，甚至鼻塞、鼻涕倒流造成喉痛復發，皮膚常出現大面積蕁麻疹，最讓小欣受不了的是原本飄逸的頭髮，每日清理淋浴間排水孔時都多出不少掉髮，有天注意到中醫有助於處理長新冠症狀，小欣趕快至本院中醫門診求助……

”

根據美國皮膚醫學會（American Academy of Dermatology）研究分析 COVID-19 感染後的落髮情況，發現了常見的三大型態，依序為：雄性禿占 30.7%，壓力禿占 19.8%，圓禿占 7.8%，其中男性多為雄性禿，女性則多為後兩者；另外，臺北榮總也發現臺灣有 43% 新冠肺炎患者出現落髮的情形，其中女生為男生的 3 倍。

絕大部分的患者，是由於身體發炎後產生的細胞激素及氧化壓力，進而使得免疫系統攻擊毛囊，促使非疤痕性掉髮症狀產生，此時的毛囊再生中樞未被破壞，還保有再生新髮的能力，只是因壓力事件使頭髮的生長期縮短，提前進入休止期而使得落髮量增加，不過這種落髮的型態大多是可逆的，臨床上發現，未經治療過的患者落髮情形可能持續三個月到半年左右，但隨著病因及個體差異，時間的長短也不盡相同。

此外，約 17% 左右的新冠肺炎患者會有皮膚問題，原因機制尚不明確，大多學者認為與免疫複合體以及對抗病毒時所產生的發炎反應有關，而原本患有異位性皮膚炎、蕁麻疹、乾癬的人，也可能因為確診新冠肺炎，造成原先治療的不穩定或是復發。值得一提的是，單一患者可能同時出現多種型態的皮膚病灶，並不以一種表現為限，且出現皮膚病灶並非新冠肺炎的特有型態。

皮膚癢疹型態

常見的皮膚癢疹型態可分為：

一、蕁麻疹（Urticaria）



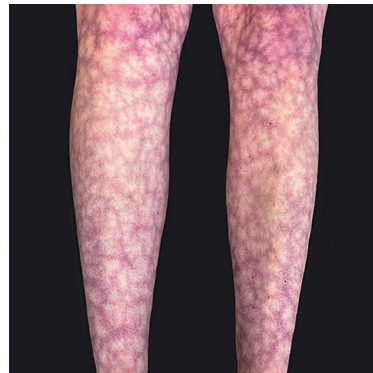
二、融合性紅斑斑丘疹／麻疹樣皮疹（Morbilliform）



三、凍瘡樣肢端病變（Acral ischemia）



四、血管阻塞型病灶：網狀青斑（Livedo reticularis）、瘀斑（Petechial）



五、水泡（Vesicular）或帶狀皰疹（Herpes Zoster）



中醫怎麼看？

Omicron 疾病特性屬溼毒疫，臨床有注意到許多新冠患者多因溼熱毒邪造成肺熱脾寒的現象，若如同小欣確診後 1-3 個月內，飲食未注意或過度勞倦，產生中醫所謂



的「勞復」和「食復」的現象，中醫認為此現象是由於病後氣血尚未恢復，或餘熱未清理完畢，因勞累及飲食使原病趁虛而復發。

中醫認為「長新冠癢疹」可分為以下幾種類型：

風熱

感染初期於第一週因為病毒大量複製，體內免疫系統激烈反應所伴隨產生之皮膚癢疹，治療常以「銀翹散」、「桑菊飲」為主。

溼重

因Omicron性屬溼夾熱，患者素體脾土運化失常，加上環境潮溼悶熱或嗜食冰甜，皮膚無法透氣，再加上體內滯留的水分無法有效排出，而誘發水泡或丘疹產生，常使用「甘露消毒丹」治療。

血熱

患者會出現發燒、喉痛等發炎症狀，由於身體仍然處於發炎狀態，若此時未注意飲食而食用大量烤炸辣等燥熱的食物，身體就很容易形成血熱妄行，引發出血斑點或麻疹樣皮疹，治療上可使用「清營湯」。

陰虛

黏膜水液不足以致虛導致發炎加重，則為身體無法消除外在環境進入人體的溼，形成水溼停留在體內，造成身體免疫力下降所致，中醫常使用「百合固金湯」治療。

關於休止期落髮，中醫則認為「髮為血之餘，腎之華在髮」、「血盛則髮潤、血衰則髮衰」，在抗邪期間，由於內熱蘊灼，受熱耗氣傷津，會導致氣血不足、腎精虧虛，此時除了先清理病邪外鬱熱外，也可佐以養氣生津、潤肺、補腎、理氣養血之品，一般調理時期須等上呼吸道症狀消失時，才能加強治療。

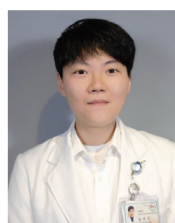
日常保健之道

患者常問：除了藥物以外，平時該如何飲食及保養？

當皮膚搔癢時，應注意補充足量水分，可多食用銀耳、百合等養陰潤肺之品，若泛紅及瘀斑出現，要注意會讓皮膚發炎加重的「烤、炸、辣」等食物及避免飲酒。



長新冠的治療非常講究階段性治療，因此回診時需耐心處理，無法躁進，以避免在病邪未妥善清除導致邪氣滯留體內，而趁素體虛弱時又再度復發，疾病治療的時間隨著個人體質也有一定的差異，停藥需諮詢專業中醫師。



作者介紹

黃琦雯 中醫部內婦兒科主治醫師

學歷：

臺北醫學大學中草藥臨床藥物研發博士學位學程進修中、臺北醫學大學基礎醫學所分子藥理碩士。

專長：

中醫皮膚科、婦女體質調理、過敏風溼免疫、耳鼻喉及腸胃疾患。