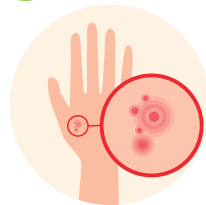


長照與群體生活的 隱形危機——疥瘡

撰文◎皮膚科主治醫師 江明哲



疥瘡（Scabies）是長期照護與群體生活當中，十分常見但容易被忽略的隱形危機，讓專業的皮膚科醫師帶您全面認識這個疾病。



「江醫師，我爸爸最近全身癢到不行，晚上根本無法睡覺，一直抓一直抓，連帶我也跟著睡不好，現在連我的手和肚子也開始長紅疹、開始癢了……我們是不是對什麼東西嚴重過敏？」在皮膚科門診，這是我非常熟悉，卻也總讓人感到心疼的對話場景。

坐在輪椅上的八旬爺爺，平時住在安養中心，這幾天由女兒接回家。爺爺的指縫、腋下與肚臍周圍佈滿了抓破皮的紅疹。看著一旁疲憊的女兒，我心裡已經有了底：這不是單純的溼疹，而是傳染力極強的長照隱形殺手——疥瘡。

當我在顯微鏡下，刮下爺爺皮屑並指著螢幕上那隻揮舞著小腳的寄生蟲時，女兒倒抽了一口氣。但隨之而來的，是確診後「終於知道敵人在哪」的安心感。

今天，我想透過這篇文章，帶大家深入認識這個常常被誤解、卻又真實存在於我們生活周遭的微小敵人，並教導大家如何正確地將牠逐出家門。

顯微鏡下的現行犯：認識「隧道工程師」

許多人聽到「疥瘡」，第一反應往往是：「怎麼可能？我們家明明很乾淨，而且我們每天都有洗澡啊！」這是一個必須被打破的迷思。

疥瘡的感染，與個人衛生習慣是否良好並沒有絕對的關聯。它的致病元凶是一種名

為「人疥蟎」（Human itch mite, *Sarcoptes Scabiei* var. *Hominis*）的微小寄生蟲。這種蟲體非常小，成蟲的大小約莫只有0.3-0.4毫米，肉眼幾乎難以察覺。

有趣的是，在人體角質層裡大興土木的，絕大多數是「雌蟲」。雄蟲在皮膚表面交配後便會死亡，而受精的雌蟲則鑽入皮下，每天前進0.5-5毫米，終其一生（約一至二個月）都在你的皮膚裡，一邊努力挖路，一邊在隧道內產卵、排泄。

癢到懷疑人生，其實蟲只有十幾隻？

患者常覺得全身爬滿蟲，但其實典型感染者身上，全身上下通常只有十至十五隻成蟲！

既然蟲這麼少，為什麼會這麼癢？因為這種劇烈的搔癢感，其實是人體免疫系統產生的「遲發性過敏反應」（Type IV Hypersensitivity）。我們的身體對於疥蟲的蟲體、蟲卵，以及牠們留在隧道裡的排泄物（糞便）產生了強烈的過敏。所以，並不是蟲咬你在哪裡，你就只癢哪裡；而是只要身體啟動了過敏機制，就會讓你覺得全身每一寸皮膚都在發癢。

此外，疥瘡還有一個狡猾的特點——「潛伏期」。如果你是這輩子第一次感染疥瘡，當蟲子爬到你身上時，你並不會立刻感到癢。通常需要經過四至六週的潛伏期，等身體的免疫系統慢慢辨識出這些外來物並產生反應後，才會開始爆發劇烈的搔癢。這也是為什麼我們常

說，疥瘡往往是「一人感染，全家遭殃」，因為在潛伏期這段不癢的時間裡，患者可能早就透過擁抱、同睡，將蟲子傳播給其他家人了。

為了替家屬省錢的「找蟲堅持」

在門診，若懷疑是疥瘡，只要狀況允許，我一定會盡力做「皮膚檢查」（KOH鏡檢）。

有時找蟲像大海撈針，但仍需這麼做。這不僅是為了明確診斷，更是為了讓患者能順利取得「健保給付」的滅疥特效藥。若沒有顯微鏡下的確切證據，有時患者就得自費購藥，這對長照家庭是不小的負擔（醫師也常因此被家屬抱怨藥物太貴）。



顯微鏡下的「現行犯」現形！顯微鏡下（KOH鏡檢）清晰捕的疥蟲（*Sarcoptes scabiei*）真面目。

誰是高風險群？長照與群體生活的隱形危機

疥瘡的傳染途徑主要是「直接且長時間的皮膚接觸」，其次才是接觸到患者使用過的衣物、床單等「間接傳染」。雖然任何人都可能感染，但在某些特定環境中，疥瘡極易引發群聚感染：

長照機構與護理之家

這是疥瘡最常爆發的熱區。機構內的長輩往往免疫力較低，且居住環境密集；加上照服

員在協助翻身、洗澡、換尿布時，必須與長輩有頻繁的肢體接觸，一旦有一人感染，很容易透過照顧者的雙手或共用的儀器傳播開來。

群體生活者

學校的學生宿舍、軍隊的營區、監獄等，因為空間共享、接觸頻繁，也是高風險環境。

密切接觸照顧者

家中有長期臥床需要照料的長輩，或是貼身照顧嬰幼兒的父母、看護人員，只要長時間聚在一起，風險就會直線上升。

終結危機：江醫師的「滅疥三部曲」

面對疥瘡，千萬不要感到恐慌，也不要因覺得丟臉而諱疾忌醫。只要觀念正確，疥瘡是可以完全治癒的。我常在診間叮嚀患者與家屬，一定要確實執行「滅疥三部曲」：

第一部：正確就醫，勿信偏方

千萬不要自己跑去藥局亂買止癢藥膏！一般的類固醇藥膏雖然能暫時壓制癢感，但完全無法殺死疥蟲，反而會讓蟲子在皮下繼續快樂繁殖，導致病情延誤。請務必尋求專業皮膚科醫師的診斷，取得正確的抗疥藥膏或口服藥物。塗抹藥膏時，必須從脖子以下「全身塗抹」，包括指甲縫、肚臍眼、股溝等死角都不能漏掉。

第二部：不論有無症狀，全家同步治療

這是最關鍵、卻也最常失敗的一環。如同前面提到的「潛伏期」，同住家人或密切接觸的照顧者（如外籍看護）即使目前不會癢，也極可能已經感染。為了避免像打乒乓球一樣「你傳給我、我傳給你」導致反覆感染，所有的同住者必須在同一時間，一起接受預防性的滅疥治療。

第三部：高溫大掃除，徹底斷絕後患

疥蟲離開人體後，在一般環境中大約只能存活二至三天。因此，環境的清潔至關重要，主要有以下兩種方式：

- **高溫殺蟲：**患者在開始治療前三天內穿過的貼身衣物、睡衣、床單、被套，必須用60℃以上的熱水燙過浸泡十分鐘，或是使用烘乾機高溫烘乾。
- **靜置隔離：**如果有無法用熱水燙過或烘乾的物品（如厚重外套、棉被、鞋子），請將它

們放入大型塑膠袋中「綁緊密封」，靜置至少一至二週，讓疥蟲自然餓死後，再拿出來清洗使用。

結語

疥瘡帶來難以忍受的搔癢，對照顧者與患者的心理壓力也極大，但它絕對不是不治之症。只要我們對它有正確的認識，不帶有色眼光看待，醫病雙方耐心配合，確實執行治療與環境清消，一定能把這群不受歡迎的「微小房客」徹底趕出家門，還給全家人一夜好眠。🏠

作者介紹



江明哲 皮膚科主治醫師

畢業於長庚大學醫學系，曾於長庚醫院、臺大醫院、萬芳醫院服務。專長為皮膚疾病及醫美微整雷射，平時有社群圖文衛教和醫學研究，期許持續透過專業分享，陪伴大眾擁有健康肌膚。

