

蟹足腫與肥厚型疤痕是很常見的疾病，醫師可以透過適當的方法讓您擺脫疤痕的困擾

/ 新北市立土城醫院系列報導 /

別讓傷痕「疤」著你不放

◎新北市立土城醫院皮膚科主治醫師 丁思文

小美是位正值花樣年華年紀的可愛女孩，愛漂亮的她在幾年前和朋友相約去打耳洞，沒想到卻產生了蟹足腫，不僅戴不了漂亮的耳環還影響外觀，更常有搔癢及疼痛的感覺。此外，她的胸口還有許多痘痘很久都不消退，困擾多年後終於鼓起勇氣到皮膚科求診……

仔細一看，那些所謂的「痘痘」其實並不是痘痘，而是長期反覆發炎後遺留下來的凸痘疤。最常好發於臉、前胸與後背，因為之前痘痘長得太厲害卻沒有積極控制處理，而成為許多患者心頭永遠的痛。

凸痘疤，其實也是屬於肥大型疤痕及蟹足腫的一種，都是在傷口癒合的過程中，因增生與破壞的比例失去平衡，導致纖維母細胞過度增生而形成。它們不止常見於青春痘患者身上，任何



專長 | 青春痘治療、腫瘤切除、疤痕治療

燒燙傷、外傷、打耳洞或手術，甚至是蚊蟲叮咬，如果沒有好好照顧，都有可能在蟹足腫體質的病人身上造成二度傷害。除了外觀上的困擾，有些病人還會有癢、痛等不舒服的症狀。若長在關節處，還可能會影響關節的日常活動。

長出了很醜的疤痕，我該怎麼辦？

如果已經產生了疤痕，我們還是有許多方法盡可能的讓疤痕消紅、變平。最常使用的方法包括：

- **局部藥物塗抹**：使用抗發炎藥物，透過每天塗抹，讓疤痕裡面不正常的發炎緩解，慢慢退紅變平。
- **病灶內藥物注射**：如果塗抹效果不佳，可考慮直接注射藥物到病灶，能得到更好的效果，對全身可能造成的副作用也很輕微。
- **冷凍治療**：以攝氏 -196 度的液態氮破壞疤痕。相較於藥物注射，較不會有皮膚萎縮凹陷的可能，但需多次治療。同時，治療時會有些疼痛感，可能會於治療後短暫出現水泡或色素沉澱等副作用。
- **雷射光電治療**：
 - a. **染料雷射**：藉由波長 585 或 595nm 的雷射光，選擇性破壞疤痕裡的血管，阻斷血流供應，進而使得疤痕組織萎縮、退紅。
 - b. **鉀雅銘雷射**：相較於染料雷射，鉀雅銘雷射穿透深度較深，可有效治療真皮內的增生血管，對於不只在表面有血管增生的蟹足腫更為有效。
 - c. **飛梭雷射**：屬於磨皮雷射，把雷射光束分成許多細微小點輸出，破壞移除疤痕組織，並刺激膠原蛋白重組。相較於傳統雷射，治療後只會有些微發紅滲液。經過多次治療達到改善疤痕的效果。
- **手術切除**：傳統認為蟹足腫無法切除，即使切除後也會一直增生。其實，對於較嚴重的肥厚疤痕，若能在醫師的指示下，接受修疤手術，搭配

術後局部放射線治療及藥膏塗抹，降低不正常的發炎，可有效改善疤痕外觀。術後使用的放射線劑量極低，很少造成皮膚後續的病變。

受傷或手術後，要怎麼預防疤痕生成？

的確，預防勝於治療。即使是有蟹足腫體質的病人，在妥善的照顧下，還是可以減少疤痕發生的機率。首先，最重要的便是避免癒合過程中有感染或是過度的張力。若是有反覆發炎的痘痘，應該考慮使用藥物妥善控制。

而位於張力較大處的手術傷口，例如：下巴、胸口、肩膀、關節等處，除了建議減少該部位的過度活動，也可考慮術後注射肉毒桿菌素，降低附近皮膚張力，同時也會促進細胞凋亡，並抑制纖維母細胞的活性，預防疤痕產生。

此外，使用紗布包紮、人工皮或矽膠片，適度保持濕潤無菌的環境，可以加速傷口癒合。大範圍燒燙傷後的疤痕，可能要考慮穿彈性衣，穩定加壓疤痕，限制疤痕的血氧供應。必要時，搭配消炎藥膏或藥物的使用，都可降低疤痕生成的機率。

蟹足腫與肥厚型疤痕是很常見的疾病，以往沒有這種體質的人，若受傷後沒有小心照顧傷口，也可能會留下不美觀的疤痕。反之，就算有疤痕生成，如果能盡早接受治療，多管齊下，還是有機會讓惱人的紅色印記快點消失改善喔！