

报道：周季婉
摄影：黄志强
受访者提供

新春特备系列

“美美迎新春” (下篇)

龟裂唇

龟裂唇 非单纯缺水

要以最佳状态迎接周末即将登场的情人节，与下星期来临的农历新年，两片丰润朱唇肯定让你人见人爱。长期被唇裂困扰的你也别绝望，今日<健康>教你送走龟裂唇、爆唇和孖润肠，齐迎“幸福朱唇”。

本地皮肤专科顾问詹中佐医生 (Dr.Chang Choong Chor) 表示，皮肤病常有许多误解，混淆患者。“很多皮肤病都被冠上错误名称，典型例子是宝宝‘奶癣’，那不是癣，实是婴儿湿疹。”该情况也发生在口周皮肤问题。大众常识是，龟裂唇是热气上火的表现，需要多补充水分。事实上，许多龟裂唇非身体缺水所致，而是皮肤病！

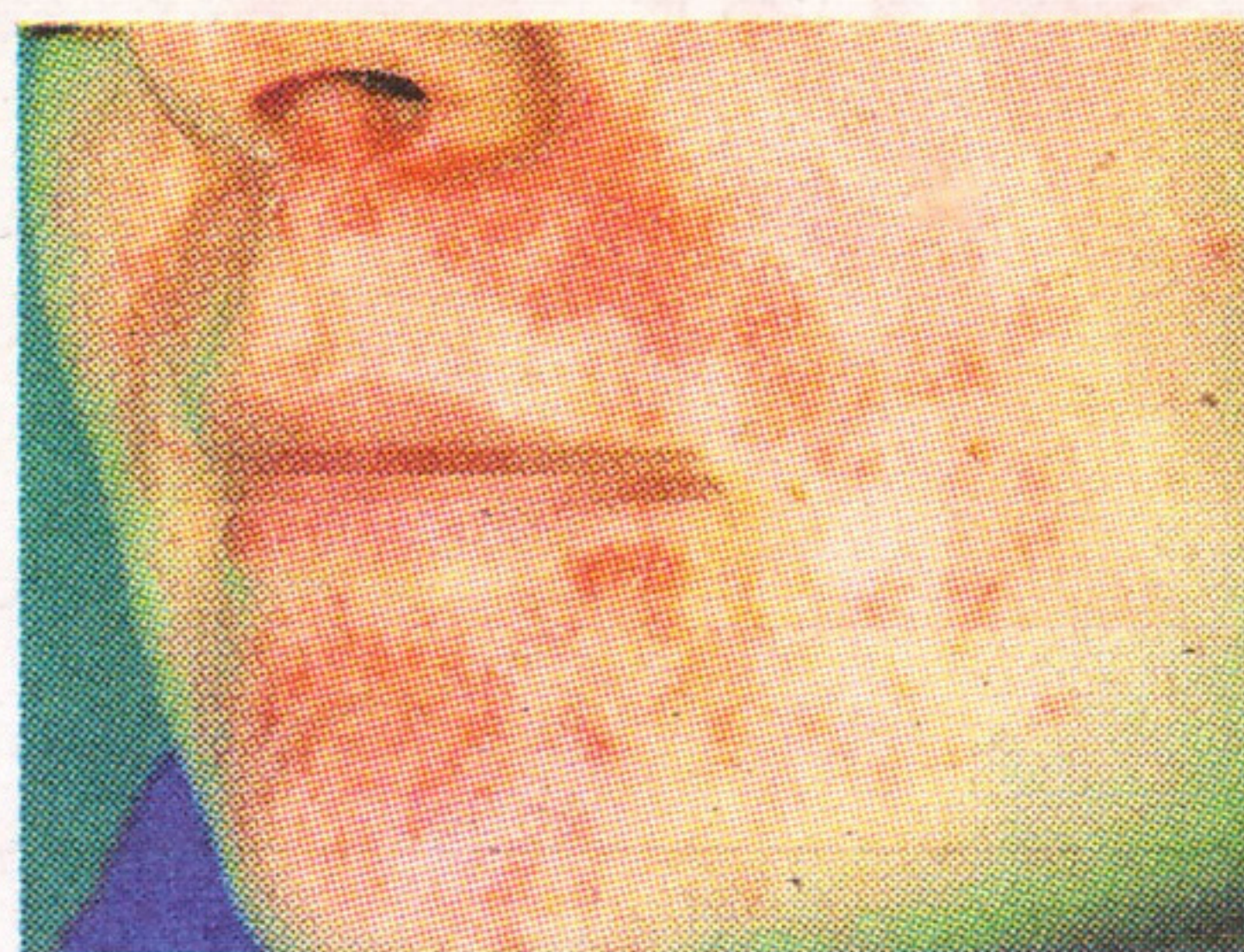
如何分辨单纯缺水的唇裂，或皮肤疾病？

1. 无论喝多少水，抹多少护唇膏也不见好转。
2. 唇裂问题来了又去，去了又来。

詹中佐说，若以上两点全中，那很大可能不是单纯缺水，而是与口周皮肤疾病有关。常见的口周皮肤疾病包括唇炎、口周炎、单纯疱疹和口角炎。

詹中佐医生：

导致龟裂唇的原因很多，千万别自行买药医治，用错药会加剧病情。



毛囊堵塞引起 口周皮炎

口周皮炎 (Perioral Dermatitis) 较唇炎少见，属于非感染性疾病。其症状不在唇上，而是在距离嘴唇 5 毫米以外的皮肤，且无脱皮现象，倒是长出许许多多如青春痘的痘痘，不痒，却有灼热感。多发于 25 岁左右的年轻女性，男性和儿童则少见。

詹中佐说，口周皮炎发病原因不明，但相信与长期使用类固醇药膏、或服用荷尔蒙避孕药有关，使用油腻护肤品也会导致毛囊堵塞而引起症状。若此时再用类固醇治疗，情况会更糟！

口周皮炎发生在距离口唇 5 毫米以外的皮肤，长出许多如青春痘的痘痘，不痒，却有灼热感。

口周皮炎通常是由外部刺激造成，因此治疗首要是隔绝所有刺激物，患者得使用无皂性洗脸霜及温和的护肤产品。

须服药长达数月

轻微的口周皮炎可以使用外用抗生素如红霉素 (Erythromycin) 或甲硝唑 (Metronidazole) 治疗。严重者则得使用口服抗生素如四环素 (tetracycline) 或强力霉素 (Doxycycline)，通常需服食长达 2 至 3 个月。

但若儿童脸上长有类似口周皮炎的痘痘，医生一般需要为患者进行切片抽样检查，以诊断疾病，因为口周皮炎发生在儿童的例子实在罕见。

儿童肉芽性口周皮炎是一种发生在儿童脸上的脸型皮疹，患者感觉不痛也不痒，通常发生在嘴巴、鼻子和眼睛周围，属于口周皮炎罕见变种。此疾起因不详，也不必治疗。



常见口周皮肤疾病：

1. 口周皮炎

典型表现：距离嘴唇 5 毫米以外的皮肤长出如青春痘的痘痘，不痒，有灼热感。

导因：不详。相信这与长期使用类固醇药膏、或服用荷尔蒙避孕药有关，使用油腻护肤品也会导致毛囊堵塞而引起症状。

2. 唇炎

典型表现：唇干燥、破裂、脱皮和红肿。

导因：内源性唇炎由基因遗传疾病引起如过敏性湿疹；外源性唇炎则受到外部刺激如误用不适合的唇膏、口红或化妆品，舔唇、咬唇、食用刺激性食品如辣椒、橙等，或化学物如指甲油。

3. 单纯疱疹

典型表现：口腔里或/和外长出颗粒、成堆的小水疱。

导因：单纯疱疹病毒感染所致。

4. 口角炎

典型表现：口角破裂。

导因：细菌或真菌感染，营养不良 (缺乏维生素 B、铁质或锌)，嘴唇干燥。

天气引致嘴唇干燥 唇炎

最普遍的口周皮肤问题是唇炎(Cheilitis)。唇炎是发生在嘴唇上、非传染性炎症,症状与普通上火唇裂相似,包括唇干燥、破裂和红肿。

詹中佐指出,唇炎大都与寒冷、干燥、日光照射、烟酒刺激,或个人习惯如舔唇、咬唇等有关。当天气干燥,人体皮肤随着干燥,而嘴唇龟裂脱皮。“当嘴唇干燥,人们自然反应是用舔唇,唾液会刺激肌肤的保护膜,导致皮肤变得更干。而且也可能发生细微的皮肤裂纹,日子久了则演变为炎症。一旦炎症反复发生,红唇会转成黑唇。”

唇炎可分内源性和外源性:

■内源性唇炎

属于遗传疾病,患者遗传过敏性湿疹基因。患者一般不只是唇上脱皮,身体其他部分也出现同样症状。

詹中佐指出,湿疹是遗传疾病,婴儿若曾出过婴儿湿疹,长大后可能发生内源性唇炎,或其他因湿疹引起的皮肤问题。“过敏性湿疹非常普遍,只是部分患者的症状较严重,部分患者的症状则不明显,而且症状也会随着年龄成长而改变。”

遗传疾病难断根

婴儿时期的婴儿湿疹通常发生在脸颊部位,童年期时症状出现在颈项、手弯和脚弯处,而成年人常患手或足部湿疹。每个患者的症状或有不同,加上恶劣天气、接触刺激性物品如不合适的香皂、抓痒的习惯等,都会增加治疗难度。由于内源性唇炎属基因遗传的疾病,较难断根。

■外源性唇炎

通常成年后才出现症状,并非遗传性疾病,主要原因是受到外部刺激所致,如误用不适合的唇膏、口红或化妆品,舔唇、咬唇、乐器吹奏、食用刺激性食物如辣椒、橙



唇舔唇炎的症状是双唇红肿。

唇炎典型症状是嘴唇干燥、脱皮。



等,或接触化学物如指甲油,都可引起皮肤过敏反应。

同样情况也可能会发生在身体其他部位,或称接触性皮炎。最常见的有唇舔唇炎、日光性唇炎和药物相关性唇炎。

日光性唇炎与阳光伤害造成有关,多发生在年长人士,患者因下颚突出、下唇较厚而经常曝晒,随着时间过去而发展成唇炎。

务必改变生活习惯

引起唇炎的原因很多,患者必须经由医生诊断以找出问题根源。“每个人每天接触过百种东西,一时之间要揪出过敏原绝非易事,这正是许多人无法摆脱唇炎的因由。对付外源性唇炎,若能确认及排除外部刺激物,那么就有可能断根,但若个人生活习惯没有改过来,那就很难治愈。”

症状轻微者涂抹无药性的护唇膏或凡士林,给嘴唇盖上一层保护罩,隔绝唾液、细菌、刺激性的物品。患者还得留意曾接触过的物品、排除食品过敏,避免接触刺激物和过敏原,才能有效将炎症控制下来。

詹中佐强调,若症状严重,一定要咨询医生,千万不可自行到药局购药,以免错误购用类固醇药物,加剧症状。

唇炎可导致口角破裂而引起口角炎。

起细菌感染,因为口角破裂通常很深,细菌就有机可乘。严重者会有脓疮,嘴角带黄色分泌物便是灌脓的表现。

它可由细菌或真菌感染引起,患者不应自行购买药物治疗,应在医生指示下用药。若是真菌引起症状,得抗真菌药物,若是细菌引起则得用抗生素。

个人营养不良,身体缺乏维生素B、铁质或锌也可引起口角炎。另外,长时间呆在干燥的空间内如冷气房,也可造成嘴唇干燥,而引发口角炎。



真菌感染 口角炎

若唇炎没有好好处理,有可能导致口角破裂而引起口角炎(Angular stomatitis)。

詹中佐说,口角炎特别容易引

知识补充站:

过敏性湿疹?

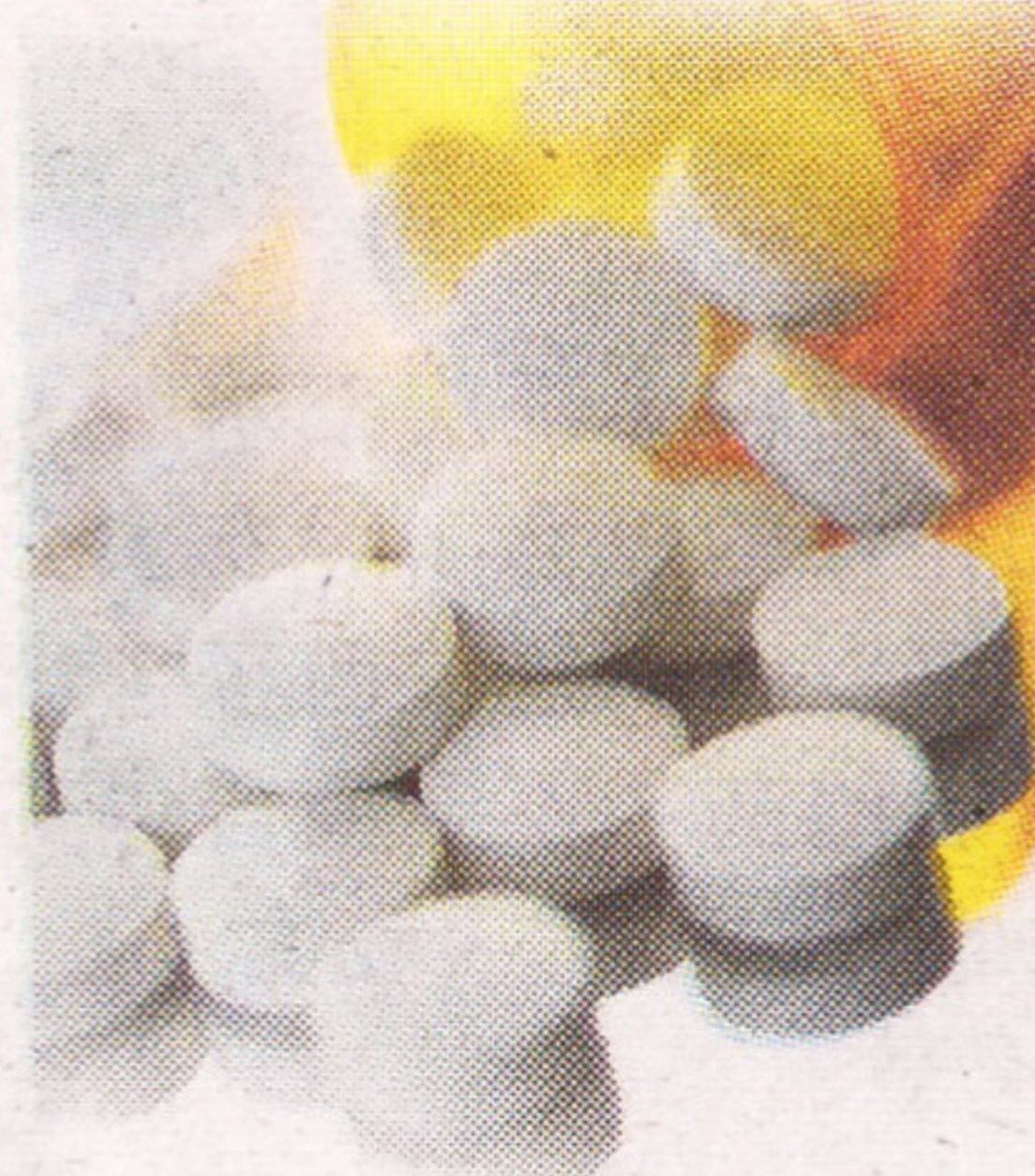
过敏性湿疹是常见的皮肤疾病,唇炎并非湿疹最常见的表现,但唇炎却可能是湿疹的其中一种表现。

湿疹常在婴幼儿时期开始发作,但并非所有出过湿疹的婴儿在成年后会发生严重湿疹。许多人遗传过敏基因,但并非每个人都会患上湿疹,还需要受到后天因素刺激,如长时间穿包鞋导致脚部严重湿疹。

类固醇有害吗?

类固醇非毒药,它只是一种激素。类固醇应用得当是药,应用不当则可引起副作用。其主要功效是消炎,是治疗湿疹必须的药物,但却不适合长久使用。类固醇能起到消炎退肿的作用,却无法根治湿疹和唇炎;错误使用高强度的类固醇来治疗唇炎可能招致更糟的情况,如产生耐药性、引起副作用如细菌感染、口周皮炎、酒糟鼻(Rosacea)等等。

只有滥用类固醇才会引起严重副作用,在医生指导下,病人不应该因恐惧而拒绝医生使用类固醇。



免疫力下降爆发 单纯疱疹

单纯疱疹(Herpes simplex)属于感染性唇炎,是经由病毒感染而引起的皮肤疾病。口腔里或/和外若长出颗粒、成堆的水疱,可能是单纯疱疹。

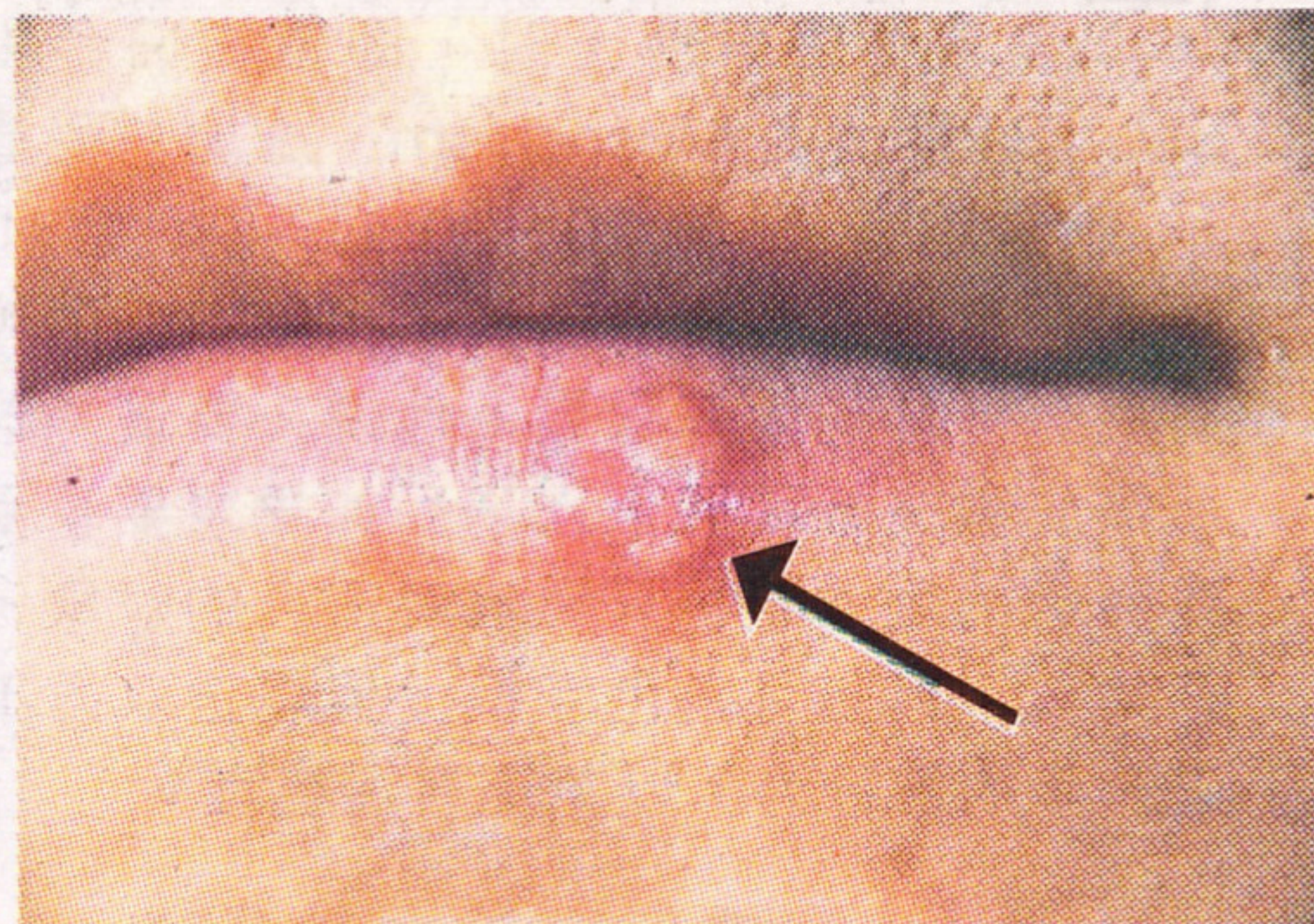
人类疱疹病毒家族包括单纯疱疹一型(Herpes simplex virus type I)、单纯疱疹二型(Herpes simplex virus type II)和水痘带状疱疹病毒(Varicella zoster virus)。

可发生于任何部位

詹中佐指出,一型病毒和二型病毒可引起单纯疱疹,典型症状是成堆的水疱。“发生在嘴巴的疱疹通常由一型病毒引起,二型病毒则感染生殖器官,但个人性交习惯各异,一型病毒也可能经由接触而在生殖器官被发现,同样的,二型病毒也可能出现在口腔。”

而水痘带状疱疹病毒初次感染引起水痘(Varicella,或俗称Chicken pox),水疱可发生在身体任何部位,而且长得不规律,也并不长成堆。

几乎所有人感染水痘后都会痊愈,但病毒却未离开患者身体。它们潜伏在脊椎骨神经节处,待身体免疫力下降时,逮到机会再次爆发。再次爆发则将引起更严重的带状疱疹(Herpes zoster,或称Shingles),俗称“生蛇”。带状疱疹的典型症状是排列成“条状”、成堆水疱,多发生在身体的一侧,患处皮肤有灼热感或疼痛。



单纯疱疹患者可在口腔里或/外发现颗粒、成堆的水疱。

预防口周疾病:

1. 注意口部清洁卫生
2. 避免使用有刺激性的香皂或洗洁剂洗脸和嘴。
3. 避免在口周长期使用含类固醇或激素的药膏。若需要长期使用消炎剂,可考虑用非类固醇如他克莫司(Tacrolimus)软膏或吡美莫司(Pimecrolimus)乳膏。
4. 尽量避免以舔唇来滋润干裂的嘴唇,应常用适当的润唇膏或凡士林。
5. 如发生口周疾病,应尽早资讯医生,切勿自行购买药膏涂抹。
6. 切勿抓、拔或挤脸上的青春痘和疹子,以免受感染产生并发症。
7. 避免共用面巾、唇膏和口红。
8. 如果口腔或嘴唇有水泡或溃烂,勿亲吻他人,以免传染疾病。