

出疹

在兒童成長期間必會出現出疹的症狀。相信很多家長對於孩子出疹都感到很苦惱及心疼，不知道如何幫他減輕痛癢。其實出疹的原因有很多，有些疹會自行消失，但有些卻可以致命，所以不容忽視。

出疹原因知多少？

出疹的原因有很多，許多時候並非是單一原因引起。小兒常見的紅疹包括濕疹和經由過濾性病毒引致的皮疹等。此外，麻疹、風疹、猩紅熱、水痘和熱疹等，都是春季常見的疾病。由於許多疾病都會呈現出紅疹的症狀，而每種疾病都各有不同的治療方式，所以家長發現孩子出疹，應盡快求醫。

濕疹

多見於五歲以下的小孩。病徵包括局部或全身出現紅斑、丘疹、脫屑、色素沉著、水疱，患處或有輕微至劇烈的痕癢。

麻疹

由麻疹病毒引起，具高度傳染性，多在嬰幼兒時期發生。麻疹的潛伏期約在兩星期左右，病童初期會有打噴嚏、頭疼、發熱、咳嗽、流淚等類似感冒的症狀，其後會於頰黏膜出現麻疹斑。

風疹

又名「德國麻疹」，由風疹病毒引起，常在學齡前後的兒童身上出現，病徵為身上快速出現紅色的斑丘疹，以軀幹與四肢較為常見，亦會有輕度或中度發熱，及枕骨下淋巴結腫大。

猩紅熱

猩紅熱是由甲類鏈球菌引致的細菌性感染，主要影響十歲以下的兒童。病發初期通常出現發燒和喉嚨痛，偶爾會有頭痛、嘔吐和腹痛。舌頭表面可出現草莓般（呈紅色和凹凸）的外觀。在發病首日或翌日，身軀和頸部會出現砂紙般粗糙的紅疹。其後紅疹會蔓延至四肢，特別是腋窩、肘部和腹股溝。紅疹多在一星期內消退，繼而指尖、腳趾和腹股溝的皮膚會脫皮。

水痘

水痘是由水痘帶狀疱疹病毒引起的急性傳染病，多發生在12歲以下的兒童身上。雖然幾乎所有人於感染水痘後都會終身免疫，但水痘病毒仍可能潛伏於人體內，並可在多年後復發引致「帶狀疱疹」（俗稱「生蛇」）。水痘主要病徵為發燒和出現痕癢的紅疹。紅疹大概於5天內陸續出現，最初出現於身軀，然後蔓延至面部和四肢，出疹後病童會感覺到皮膚發癢。這些紅疹先是扁平，及後形成突起的豆狀小水泡，小水泡維持約3 - 4天，然後變乾、結痂。病童通常約於2 - 4星期內痊癒。

熱疹

嬰幼兒汗腺功能還未發育成熟，當周圍環境的溫度過高時，皮膚未能透過汗腺分泌有效調節其溫度，就可能會出現淡紅色皮疹，即熱疹（俗稱「熱痱」）。這種皮疹在皮膚涼爽後不久就會消失。熱疹多發於在孩童的臉部、頸部、肩部、肘窩、腹股溝、腋窩等部位，嚴重的熱疹甚至可能還會導致糜爛、結痂。

出疹嚴重嗎？

- 患玫瑰疹的孩子可能會發高燒，但退燒後一般精神不錯，併發症並不多。
- 出疹時需觀察孩子有否伴隨著發熱、草莓舌、口腔潰瘍、欠缺活力、嗜睡、嘔吐的情況。
- 如懷疑出疹是因腦膜炎、川崎症或猩紅熱等其他嚴重感染所引起，應盡快就醫。

出疹期家居護理

- 1 盡量避免讓孩子出入公共場所及人多擠迫的地方，盡可能暫時與人群隔離，以免將疾病傳染給未有免疫力的人。
- 2 讓孩子多休息，但可以有適度的活動。
- 3 如果發高燒，要維持室內空氣流通，保持舒適的環境。同時要多補充水份，注意孩子的體溫，留心併發症。若情況惡化，便要提早帶孩子覆診。（有關發燒的護理，請參考有關發燒的章節）
- 4 穿著較薄的衣物，並要特別注意身體的清潔，及應常常更換衣服和床單。保持環境舒適涼爽，若有流汗則應勤加換上乾淨的衣物。
- 5 維持良好的個人衛生、常洗手，並保持家居環境的整潔衛生。
- 6 緊記修剪孩子的指甲，以免因抓癢而造成皮膚感染。
- 7 在病發時，可以服用抗過敏藥物，外敷止癢藥水，或是利用冰敷來止癢。若不小心抓破皮膚，可以塗上醫生處方的消炎藥膏，亦可讓孩子戴手套以避免繼續抓破皮膚。
- 8 孩子口腔部位不舒服時，可以讓孩子進食比較冰涼、容易吞嚥的食物，以減輕痛楚。





常見的謬誤

- X** 很多家長（尤其是長者）誤會麻疹及水痘是胎毒，以為一生必須出一次。其實麻疹及水痘都是由過濾性病毒引起，尤其是麻疹，病重者的中耳、肺部及腦部會受影響，引致併發症甚至死亡，及時接種相關疫苗以預防發病才是上策。
- X** 不少家長誤以為出麻疹必須戒口百日，其實這亦是不必要的。

小錦囊

- ✓ 由於許多疾病都會呈現出疹的症狀，而每種疾病都各有不同的治療方式，正確了解孩子出疹的病因十分重要，建議家長應盡快求醫，切勿自行處理，以免因誤判病情而延誤治療。
- ✓ 部分外籍家庭傭工在抵港前或未曾接受過麻疹疫苗注射，她們在港一旦感染麻疹可能會傳染給親友、僱主及其家人，尤其是未曾接種疫苗的嬰兒。為了保障家人的健康及預防麻疹感染在社區傳播，僱主應安排她們在港工作前接受有關注射。