



# 常見嬰兒皮膚問題

嬰兒的皮膚特別幼嫩，需要家長們的悉心護理。  
嬰兒出生後，可能會出現一些常見的皮膚問題，  
家長難以分辨。以下內容是介紹有關常見嬰兒皮膚問題的徵狀、  
成因、治療及護理，以供各位家長參考。

網上版本





# 初生嬰兒常見的皮膚問題 (Common Skin Problems in Newborns)

## 嬰兒粟粒疹(Milia)

### \* 徵狀：

- 常見於初生嬰兒。
- 如針尖般大小的白色或黃色小丘疹，但觸摸時感覺較扁平。多出現於嬰兒的額頭、面頰、下頷和鼻子等部位。
- 有些初生嬰兒的口腔牙齦上也會出現這些白色的小珠，稱為艾伯斯坦氏小珠 (Epstein's pearl)。



### ? 成因：

相信與皮脂腺未完全發育有關。

### + 護理：

- 通常於出生後二至三周便會自然消失，因此無須特別治療及護理。無須擠壓和塗抹任何藥膏。

## 新生兒痤瘡(Neonatal Acne)

### \* 徵狀：

- 細小凸起的紅疹。
- 多出現於嬰兒的額頭和面頰等部位。
- 常見於嬰兒出生後首數天或數周。

### ? 成因：

於懷孕期間，母親的荷爾蒙經由胎盤傳至嬰兒而引起。

### + 護理：

- 通常於出生後三個月內會自然消失，因此無須特別治療。
- 保持皮膚清潔乾爽，無須擠壓和塗抹任何藥膏。



## 新生兒蕁麻疹/毒性紅斑(Erythema Toxicum)

### \* 徵狀：

- 如針尖般大小白色或黃色凸起的丘疹，周圍被一片紅斑包圍著。
- 多出現於嬰兒的面頰、身軀、背部和手腳等部位。
- 常見於嬰兒出生後二至三天。

### ? 成因：

原因不明。

### + 護理：

- 通常於出生後數天至數周會自然消失，因此無須特別治療及護理。無須擠壓和塗抹任何藥膏。



## 熱疹 (Heat Rash/Prickly Heat)



### \* 徵狀：

- 細小凸起的紅疹。
- 多出現於嬰兒的頸項、背部和胸前等部位。
- 常見於天氣炎熱的時候。但在天氣較涼時，若嬰兒有過熱的情況(例如穿著過量的衣物)亦會引致熱疹。

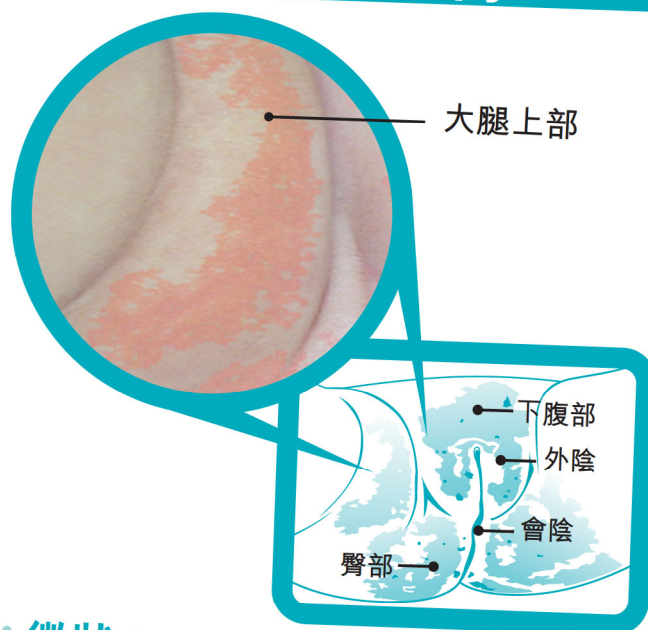
### ? 成因：

因過熱流汗，汗液積聚在皮膚上而引起。

### + 預防及護理：

- 以清水替嬰兒清潔皮膚。
- 穿著適量的衣物，保持皮膚乾爽涼快，減少流汗。
- 若情況沒有改善或嚴重，便應請教醫生。

## 尿布疹 (Diaper Rash/Nappy Rash)



### \* 徵狀：

- 起初為紅斑，接著便出現細小凸起的紅疹。
- 多出現於穿著尿片/布的範圍，例如：外陰、會陰、臀部、下腹部及大腿上部等。

### ? 成因：

因尿液及排泄物刺激皮膚而引起。

### + 預防及護理：

- 勤加換片，保持嬰兒的臀部清潔及乾爽。
- 換片時，先用暖水清洗臀部，需要時可用肥皂/沐浴液洗淨黏著臀部的排泄物。盡量避免使用濕紙巾，以減少對嬰兒皮膚的刺激。
- 替嬰兒清潔臀部後，不要急於穿回尿片/布，可讓嬰兒臀部暴露於空氣中，待皮膚乾爽。家長亦可替嬰兒塗上一層薄薄的潤膚膏，阻隔排泄物接觸皮膚。若皮膚有輕微紅損，於每次換片後，可使用具有阻隔作用的藥膏，如一氧化鋅膏(zinc oxide ointment) 形成一層保護膜。
- 切勿使用爽身粉，因爽身粉與尿液或汗水混合後會阻塞毛孔，令尿布疹惡化。
- 若情況未有改善或嚴重，便應請教醫生。



## 異位性皮膚炎 / 小兒濕疹 (Atopic Dermatitis / Infantile Eczema)

### ✳ 徵狀：

- 皮膚變紅及乾燥。有時會形成一些細小的水泡，水泡穿破後便會結成痂。
- 十分痕癢，經搔癢後的皮膚會變得厚硬和粗糙。
- 多出現於嬰兒面頰、手肘、膝蓋和身軀等部位。
- 兩歲後，則較多出現於頸項和手腳的皺摺部位。
- 情況會時好時壞，常見於二至三個月大的嬰兒。
- 大部分於五歲前出現，而於十五歲後消退，但少部分會持續至成年。



嬰兒期  
出現的  
部位



### ? 成因：

- 主要原因尚未完全知道。相信與遺傳有關，但並不會傳染。
- 家族成員可能患有鼻敏感和哮喘等過敏性疾病，或對某些物品有過敏反應，例如：清潔劑、花粉、塵埃或食物等。



兩歲後  
出現的  
部位

### + 治療：

- 除了皮膚護理外，醫生亦會按個別情況處方適當的藥物治療，例如含有類固醇或抗生素的藥膏。

## + 預防及護理：

### 注意皮膚護理，保持皮膚的清潔和滋潤：

- 洗澡時可用暖水和不含鹼性的沐浴液，並要特別注意皮膚皺摺部位的清潔。
- 在天氣乾燥時及清潔後，塗上不含香料的潤膚霜。
- 經常替嬰兒修剪指甲，減低抓傷的機會。需要時，可替嬰兒戴上手套。
- 注意環境的溫度和濕度，避免讓嬰兒暴露於冷風和烈日之下，保持室溫適中。若嬰兒流汗，須替他抹乾汗水。

### 衣物方面：

- 可選擇棉質的衣物，避免讓羊毛、絲質、尼龍等質料直接接觸嬰兒的皮膚。如有需要替嬰兒穿著這類衣物，可穿著在棉質衣物的外面。此外，因照顧者所穿的衣物，亦會直接接觸嬰兒的皮膚，所以也須多加注意。
- 清洗衣物時，選用性質溫和的洗衣劑，緊記要徹底洗清。



### 家居方面：

- 清潔家居時，用吸塵機或濕布抹塵，可減少塵粒的飄揚。
- 避免使用地氈。
- 避免接觸有毛的玩具或飼養有毛的寵物，例如：貓、狗或雀鳥等，以減低致敏機會。

### 飲食方面：

- 部分研究顯示，母乳餵哺對預防濕疹有一定的幫助。
- 嬰兒濕疹與食物的關係仍有待商榷，但若有懷疑或需要，可向醫生請教是否適合轉用其他特別配方的奶粉。



## 脂溢性皮膚炎 (Seborrhoeic Dermatitis)



### \* 徵狀：

- 皮膚會輕微變紅及黏著油膩的小薄片或黃色的厚鱗屑，形成一層瘡痂。
- 常出現於皮脂腺較多的部位，例如：頭部、前額、面頰、眼眉、耳朵、腋下、腹部和大腿間的皺摺部位。於頭皮出現時，便稱頭泥。
- 常見於三周至三個月大的嬰兒，但大部分會在半歲左右逐漸減退。

### ? 成因：

成因尚未完全知道。

### + 護理：

- 用清水替嬰兒清潔皮膚，無須使用肥皂 / 沐浴液。
- 每次清潔皮膚後替嬰兒塗上水分潤膚霜，保持皮膚滋潤。
- 若頭泥太厚，可將橄欖油塗抹於頭泥上，待頭泥軟化後(約二十分鐘)，以棉塊輕輕抹走。然後以嬰兒洗髮液清洗，再用梳子清理黏著髮上的頭泥。
- 如有需要，可重複以上方法。
- 若情況嚴重，頭皮紅腫發炎，便須請教醫生。

## 接觸性皮膚炎 (Contact Dermatitis)



可分為刺激性和過敏性兩種。

### \* 徵狀：

- 受影響的部位多為皮膚接觸致敏物的地方。
- 皮膚會局部變紅、痕癢甚至出現小水泡。

### ? 成因：

- 當皮膚重複接觸刺激性的物質如：嬰兒唾液、清潔劑、食物及藥物等。
- 接觸引致過敏的物質如：金屬、染料等而引起的炎症反應。這些物質可能完全無害，亦不為患者察覺。

### + 預防及護理：

- 最重要是避免長時間接觸刺激性及可能引致過敏的物質，如果汁、唾液等。
- 與異位性皮膚炎的護理相若。
- 若情況沒有改善或嚴重，便應請教醫生。

### + 治療：

- 需要時，醫生會處方適當的藥物治療，例如含有類固醇的藥膏或會按個別情況決定是否需要進行皮膚過敏測試，找出致敏原因。