

小傷口也會出大問題！擺脫蜂窩性組織炎，從這幾點做起！

臺北榮總內科部感染科 陳夙容主治醫師

「我又來住院了，醫生！」一名七十餘歲，患有糖尿病的伯伯，近兩年來第三度因為左腳紅、腫、熱、痛影響生活作息到急診求診。醫療團隊為其進行檢查，發現這位伯伯白血球及發炎指數超過正常值，加上左腳局部發炎徵兆，診斷為蜂窩性組織炎。伯伯合併有香港腳、糖尿病，雙腳時不時有細小的傷口，難怪發炎始終好不了！臺北榮總感染科陳夙容醫師每個月都會遇到數名因蜂窩性組織炎入院的病人，其實只要注意雙腳的保養，便可以大大降低罹病的機率！

什麼是蜂窩性組織炎？

陳夙容醫師指出，皮膚是身上最大的器官，負責屏障有害物質、細菌及外來異物進入人體危害健康。當皮膚受損導致屏障出現漏洞，病原菌入侵在皮下組織產生紅、腫、熱、痛等發炎反應，即是蜂窩性組織炎。

為什麼我會得到蜂窩性組織炎？

其實感染蜂窩性組織炎，最大的風險因子來自於破裂的傷口或受損的皮膚：如割傷、燙傷、動物咬傷所產生的傷口；皮膚疾病如蕁麻疹、帶狀皰疹(皮蛇)或乾癬導致表皮不完整，細菌就能大舉入侵造成傷口感染。

然而有時候，一些長輩會納悶：「我明明沒有皮膚病，也沒有受傷，為什麼還會得蜂窩性組織炎？」其實並不一定需要有肉眼可見的傷口，只要皮膚狀況不佳，如香港腳導致脫皮、皮膚乾燥龜裂等狀況就有可能讓皮膚屏障出現漏洞、讓細菌有機可趁。

此外，體內的白血球、淋巴球及其它免疫物質會隨血液循環到發炎部位進行殺菌作用，現代社會普遍生活水準提升，大多數老人家身上多少帶有高血壓、糖尿病、高血脂等文明疾病，若未用藥好好控制就會造成血管脆化、老化、肢端血液循環變差，進而導致反覆發生蜂窩性組織炎。

治療要趁早，才能避免惡化

蜂窩性組織炎是個隨時可能惡化的疾病，嚴重可能會進展至骨髓炎、甚至導致壞死性筋膜炎及敗血症，若嚴重至此則可能需要外科手術清創、或截肢！因此，即使在疾病初期只有發紅的局部症狀，仍不可輕忽，以免造成不可挽回的局面！即時發現身上不尋常的紅熱腫痛，盡早就醫，才能防患未然！

從小地方做起，改善肢體健康

陳夙容醫師也提醒，有些長輩因為蜂窩性組織炎反覆發作而住院，除了身體免疫力較弱而導致的反覆感染之外，更有可能來自於對身體一些小傷口的處理不當以及對自身健康狀況的忽視。家中長輩如果有反覆發炎困擾的話，不妨注意以下幾點：

1. 控制代謝性疾病如肥胖、糖尿病、高血壓、高血脂，避免循環變差，增進自身抵抗力。
2. 穿著鞋襪保護腳趾避免受傷，注意腳趾甲修剪避免甲溝炎發生。
3. 使用乳液保濕，避免皮膚龜裂；若有皮膚疾病應按指示定期抹藥保養。
4. 當有蚊蟲咬傷或割傷時，應正確清潔傷口、包紮、定期換藥。
5. 如果有慢性傷口，定期消毒，作好傷口護理。

從小地方認真做起，遠離感染！



香港腳，糖尿病末梢循環不良所導致的慢性傷口，是引發蜂窩性組織炎的危險因子



被蚊蟲叮咬傷、擦傷、貓狗抓傷，若沒進行傷口清潔，也有機會進展成蜂窩性組織炎



蜂窩性組織炎在老年族群進展快速，若不盡快對症下藥，可能會需要截肢甚至是危及生命，不可輕忽