



## 什麼是富貴手？

富貴手俗稱主婦濕疹，是一種手部濕疹，其生成原因主要在於本身的膚質較為敏感，對於外來的物質，經反覆的刺激，而導致手部乾燥、脫皮、龜裂、指紋消失。

富貴手惡化時就應接受皮膚科醫師的治療，但病人需注意皮膚科醫師雖可使用藥物來促使濕疹痊癒，但並不能改變病人的體質，使其手的皮膚對刺激物抵抗力加強，所以治療富貴手重要的一環，即是如何保護手部的皮膚，如這點不注意，治療往往會功敗垂成，這也是大家一般有一個觀念『富貴手不會好』的由來。

### 下列事項應特別注意配合，以免富貴手的再發或加重：

- 遇到經常要碰水的狀況如洗衣、煮飯、洗碗等一定要戴防水手套。因有人會對橡皮過敏，所以最好不要買橡皮手套，盡可能買聚乙烯製品。手套裡面不要忘了再加一層棉紗手套，以免手被汗浸濕。但千萬不要在手濕了以後繼續戴手套或戴有破洞的手套，在這種情況下戴手套比不戴手套更可怕。
- 在廚房切薑、蔥、蒜、辣椒、洋蔥、檸檬、蕃茄、柳丁、剝橘子、葡萄柚、削馬鈴薯，處理生肉、海鮮等均需戴防水的手套。
- 不要用手直接去接觸汽油、酒精、地板臘、魔術靈、洗衣精、潔領精、漂白水、鞋油、洗衣粉、洗碗精。如要碰這些東西一定要戴防水的手套。
- 使用溫水洗手，洗完手後馬上要把手擦乾。洗手時使用肥皂量越少越好，且要記得把手沖乾淨，尤其指縫間及戒指間特別要注意洗淨，擦乾後要馬上塗護手膏或潤滑油脂。
- 做家事時盡可能拿掉戒指，以免戒指下面藏污納垢。
- 不要用手去扭乾衣服、拖地，以避免手的皮膚受到摩擦與刺激。
- 天冷出門或騎摩托車最好戴手套，保護手不要接觸到冷風以避免手乾裂。
- 依醫師指示使用藥膏及護手膏，並養成勤擦護手霜的習慣，不要自己使用朋友或藥房買來的藥物。

