

慢性排斥的常見症狀、預防與處理 (民眾版)

皮膚、指甲與頭髮方面

<p>症狀</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 皮膚色素沉積及白斑夾雜。 ● 紅色丘疹、鱗屑，或皮膚變厚、變緊（硬皮症）。 ● 皮膚癢、乾燥。 ● 指甲易斷裂。 ● 汗液減少，易出現體溫高及中暑。 ● 頭皮與體毛變稀少，易斷裂。
<p>預防</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 防曬是最重要的，可以避免皮膚慢性排斥與皮膚癌的發生。 ● 穿長袖避免陽光直接曝曬（10:00 AM - 4:00 PM 儘量不要出門）。 ● 擦防曬劑：防曬係數>25，能隔離 90%以上的 UVA 及 99%以上的 UVB 紫外線。 ● 進行適度的皮膚保濕，亦能降低癢與乾燥感（清水並不具保濕效果）。 ● 淋浴時間不宜過久（十分鐘以上）。
<p>處理</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 完整的皮膚 <ul style="list-style-type: none"> ■ 平常塗抹保濕潤膚乳液或乳霜可以減少搔癢。 ■ 如有慢性排斥的紅疹，則可使用含類固醇的乳膏。 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 臉、腋下、腹股溝用低強度類固醇乳膏（吉舒乳膏 hydrocortisone 1%）。 ◆ 脖子以下可使用中強度的類固醇乳膏（betamethasone 0.06% 臨得隆藥霜或妥膚淨親水軟膏 fluocinonide 0.05%）。 ◆ 洗澡後擦完類固醇再擦乳液，可使類固醇的療效更長久。 ◆ 外用類固醇的使用不超過四星期。 ■ 如果皮膚很癢，除了免疫抑制劑的治療外，外用類固醇或口服抗過敏的藥物都可緩解症狀。 ■ 發炎後色素沉澱，可用局部美白劑來淡化色素沉澱：tretinoin and steroids ■ 如果類固醇無效，考慮局部免疫抑制劑（pimecrolimus, tacrolimus） ● 關節僵硬或攣縮 <ul style="list-style-type: none"> ■ 深部肌肉、筋膜按摩，以改善關節運動範圍。

	<ul style="list-style-type: none"> ■ 伸展運動，以改善全關節的不適。 ● 對有潰瘍皮膚 <ul style="list-style-type: none"> ■ 進行傷口清理、細菌培養、局部擦抗生素藥膏、傷口覆蓋保護膜等。
口腔黏膜與唾液方面	
症狀	<ul style="list-style-type: none"> ● 口乾，對熱、冷、刺激性、酸性食物、薄荷、碳酸飲料敏感。 ● 兩頰口內與舌頭有帶狀白斑，似扁平苔蘚。 ● 疼痛性潰瘍。 ● 吞嚥困難、味覺改變。
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 保持良好的口腔及牙齒衛生。 ● 定期檢視，是否有感染（單純疱疹、人類乳頭狀瘤病毒、念珠菌）與惡性腫瘤（移植約三年後，口腔內的可疑白斑）。

處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 輕微與中度的粘膜疾病 <ul style="list-style-type: none"> ■ 局部使用中高強度的類固醇 (fluocinonide gel 0.05%) ■ 全口使用輕中度的局部性類固醇 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 泡製dexamethasone 0.5-2 mg/5 mL，prednisolone 15 mg/5 mL，口含4-6分鐘，一天四至六次，不要吞服 ◆ Budesonide nasal 64mcg 每天一至兩次 ◆ Fluticasone 50mcg aqueous nasal spray 每天一至兩次 (鼻噴劑，但用於口腔)，副作用：口腔念珠菌感染。 ● 常用的局部性藥物 <ul style="list-style-type: none"> ■ 局部止痛劑：benzydamine spray (直接噴在潰瘍處)，4% lidocaine漱口。 ■ 局部類固醇：betamethasone dipropionate oral spray (口噴劑)0.05% (salcoat capsule for spray)。 ■ 局部免疫抑制劑：tacrolimus 0.1% ointment (擦在患處)。 ■ 局部病灶注射治療：以上方法皆無效時，考慮會診耳鼻喉科醫師，使用高強度的類固醇施打於患部 (triamcinolone, 0.3-0.4 mL for 1.0 cm²患部，每周一次，施打三至四周)。 ■ 局部口含cyclosporine 5ml (100 mg/ml)，一天3次，5分鐘後吐掉，30分鐘內，不要喝水或吃東西。 ● 唾液腺疾病 <ul style="list-style-type: none"> ■ Scodyl Dental Gel 預防齲齒。 ■ 多小口喝水或使用人工唾液。 ■ 唾液促進劑 (人工唾液，嚼無糖口香糖或糖果)。 ■ 使用溫和無刺激牙膏。 ■ 口服藥物pilocarpine。 ● 口周圍與口內組織硬化疾病 <ul style="list-style-type: none"> ■ 局部病灶注射治療 (triamcinolone, 0.3-0.4 mL for 1.0 cm²患部，每周一次，施打三至四周)。
眼睛及淚液方面	
症狀	<ul style="list-style-type: none"> ● 乾眼症 ● 畏光、有灼熱、疼痛感，甚至會造成角膜潰瘍及感染。
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 預防光線照射，可以避免排斥惡化。 ● 定期檢查是否有感染、白內障、眼壓增加的情形。

處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 每天使用人工淚液或凝膠（不含防腐劑），保持眼內濕潤。 ● 白天點人工淚液或凝膠，晚上點保濕眼藥膏。 ● 長期使用時建議用不含防腐劑的人工淚液來保濕，如：麗眼舒單支裝點眼液，可每 1-2 小時點一次，依眼睛舒適度需要（Refresh Plus 0.5%，維康有賣）。 ● 晚上睡覺時可以帶眼罩，儘量使環境維持較高濕度。 ● 如果還持續有排斥症狀（角膜破損），可用類固醇眼藥水、環孢靈眼藥水、或淚小管成形術。
胃腸道與肝臟膽道方面	
症狀	<ul style="list-style-type: none"> ● 厭食、吞嚥困難、噁心、嘔吐。 ● 不正常的腸蠕動與腸道狹窄。 ● 體重下降。 ● 肝指數（GOT、GPT）上升、黃膽。
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 使用Ursodeoxycholic acid及其他抗排斥藥物。
處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 腹瀉（飲食、藥物，或細菌過度生長相關） <ul style="list-style-type: none"> ■ 修改飲食配方 ■ 胰臟酶替代（Protase EC膠囊與餐一起服用） ■ 含乳糖酶或乳糖酶製品 ■ Beclomethasone 4x 2mg (solution on corn oil) ● 體重減輕 <ul style="list-style-type: none"> ■ 可諮詢營養師。
肺與呼吸道方面	
症狀	<ul style="list-style-type: none"> ● 可能會有通氣不暢、氣喘、咳嗽、呼吸困難等情形。
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 監測感染（肺囊蟲肺炎、病毒、黴菌、細菌等）；避免感染可減少肺的傷害。 ● 移植後的第一年，每三個月考慮評估肺功能。 ● 避免頻繁出入公眾場所，以及避免與有呼吸道症狀的人接觸。
處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 閉塞性細支氣管炎、閉塞性細支氣管炎合併器質化肺炎（Bronchiolitis obliterans、Bronchiolitis obliterans organizing pneumonitis） <ul style="list-style-type: none"> ■ Prednisolone 1mg/kg/d。 ■ IgG >500mg/dl ■ 使用吸入性類固醇與支氣管擴張劑。(symbicort turbuhaler :1-2 inhalations 一天兩次) ■ 肺功能復健。

	<ul style="list-style-type: none"> ■ 使用氧氣（若正常情況下氧氣飽和度<87%）。 ● 嚴重肺部排斥，有時需要考慮到肺臟移植的可能性。
外陰部與陰道方面	
症狀	<ul style="list-style-type: none"> ● 外陰不適、排尿困難，乾燥，一觸會痛，性交困難。
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 定期檢視，是否有雌性激素缺乏、感染（單純疱疹、人類乳頭狀瘤病毒、細菌、黴菌感染）或惡性腫瘤的現象。
處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 外陰部不適 <ul style="list-style-type: none"> ■ 避免機械和化學刺激物（如肥皂和女性陰道盥洗產品）。 ■ 用溫水清洗生殖器部位，讓空氣流通，清潔時由前向後擦拭。 ■ 外陰部可擦潤膚乳（不要擦到陰道）。 ■ 使用水基性潤滑劑。 ● 外陰陰道症狀和低雌激素狀態 <ul style="list-style-type: none"> ■ 局部外用雌激素/加上陰道擴張器（擴張器僅適用於有陰道症狀） ● 局部治療外陰與陰道的慢性排斥 <ul style="list-style-type: none"> ■ 使用高或超高強度皮質類固醇 <ul style="list-style-type: none"> ◆ Clobetasol gel 0.05% (陰道) ◆ Betamethasone dipropionate augmented 凝膠 (陰道)或 軟膏 (外陰部) ◆ Tacrolimus ointment 0.1% (外陰部) ■ 如果陰道黏連或陰道完全閉塞，可先進行陰道黏連剝離術後，再進行 6 個月的擴張器治療。
神經系統方面	
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 監測環孢靈血中濃度、控制血壓、電解質的補充。
處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 肌無力和周邊神經病變。 ● 神經性疼痛可以發生在沒有皮疹下的皮膚，在帶狀皰疹病毒（VZV）發生前。 ● 重症肌無力和多發性肌炎 <ul style="list-style-type: none"> ■ 在免疫抑制藥物正在逐漸調降下時好發。 ■ 該綜合徵狀有眼瞼下垂、眼外肌肉無力、面部和四肢近端無力，有 anti-acetylcholine受體的抗體出現。 ■ 多發性肌炎，通常是近端肌肉無力。 ■ 我們與神經科醫師會協助您進行後續的診斷與治療。

感染症方面	
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 感染科醫師會按著您的臨床需要，給與細菌、病毒、黴菌的預防或治療。 ● 我們也會評估您免疫的重建狀態，建議開始疫苗的施打。
骨骼肌肉方面	
症狀	<ul style="list-style-type: none"> ● 肌肉抽搐、虛弱。 ● 關節僵硬，活動受限制。 ● 骨骼疏鬆。 ● 髖關節壞死。
預防	<ul style="list-style-type: none"> ● 注意關節的活動範圍是否下降。 ● 骨密度追蹤、補充鈣與維生素 D。 ● 停經婦女、鈣與維生素D缺乏都屬高危險群。 ● 物理治療。 ● Bisphosphonates (雙磷酸鹽) 為臨床上治療骨質疏鬆的藥物。
處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 若有以下情形時，可考慮抗骨質流失的治療 <ul style="list-style-type: none"> ■ 如果類固醇使用超過3個月。 ■ 雖停掉類固醇但 T score ≤ -1.5 。
筋膜炎、肌肉攣縮，和類固醇相關的肌無力方面	
處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 物理療法：進行定量關節可動範圍的測量、提供伸展運動，並監測進展。 ● 回診，評估關節可動範圍： <ul style="list-style-type: none"> ■ 每日在家做伸展運動 ■ 每週2-3次伸展物理治療 ● 類固醇引起肌無力和功能失調 <ul style="list-style-type: none"> ■ 加強：等長，等張，等速運動。 ■ 運動耐力訓練：有氧運動，應逐步增加運動時間，不增加心跳。 ■ 我們與復健科醫師會協助您相關的治療與建議。
精神方面	

處理	<ul style="list-style-type: none">● 當有認知缺陷以致無法工作、或中斷日常活動和有安全顧慮，移植已超過一年的病人，應接受神經心理測驗和復建。● 如有憂鬱、焦慮、疼痛，請轉介身心科醫師或其他專科醫師。● 如有身體形象、性功能和疲勞等問題，可經由支持與認知行為治療得到改善。
----	--