文章標題：斑的種類與成因

關鍵字：#皮膚科學 #斑點 #黑斑 #曬斑 #雀斑 #咖啡牛奶斑 #長頸鹿斑 #脂漏性角化斑 #老人斑 #火逼性紅斑

### 引文

==段落類型: 不設定==

斑有很多種，主要依據黑色素的沉澱深淺來分類，可分為三種：表皮性（淺層）、混合性、真皮性（深層），你真的全部都認識嗎？就讓小編帶大家來了解那些又常見又容易搞混的斑吧！但是詳細的判斷及治療方法，還是建議到皮膚科讓醫生做進一步的診斷喔！首先就讓我們先來介紹表皮性斑點吧！

### 表皮性（淺層）

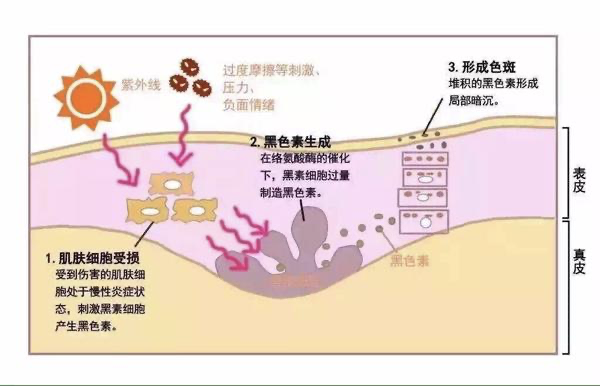
==段落類型: 不設定==

#### 黑斑

黑斑是後天形成的，陽光中的紫外線會使基底層色素細胞大量製造出麥拉寧色素，負責保護肌膚遭受UVA、UVB紫外線傷害，但當黑色素的數量過度累積時，就會形成黑斑或雀斑。

生理期前兩星期的「黃體期」最易長斑，黃體素的大量分泌會使麥拉寧色素產生連動，應此黃體期應該做好防曬、避免照射太陽。此外，壓力過大、使用不適當的化妝品或錯誤的卸妝／洗臉方法，都會導致因賀爾蒙失調、不當摩擦而長出黑斑。





#### 曬斑

大多在中年後出現，為太陽照射所引起的黑色素沉澱，常見於臉部、背部、手臂、小腿前側等，通常為大小不均、淡褐色到咖啡色的斑點，且較雀斑的顏色深。曬斑是指漏性角化般的前身，會隨著年紀變大，而面積逐漸變大、厚度變凸、顏色加深，最終逐漸形成老人斑。



#### 雀斑

與家族遺傳有關，數量從零散的幾顆到數百顆不等，芝麻大小的淺褐色斑點，通常分布於鼻頭和兩頰。雀斑發生的年齡層較早，大多在孩童期就能察覺，顏色深淺會受到後天日照照射的多寡而改變。皮膚較白的白人較容易有雀斑。



#### 咖啡牛奶斑

一般為淺咖啡色，也被稱為「長頸鹿斑」，小至數毫米大致數公分不等，最大可達直徑20公分，且顏色深淺不受日照影響，不會隨時間消失。咖啡牛奶斑是一種「色素痣胎記」，常被誤認為是一般胎記不被理會，但根據研究指出有90％以上的神經纖維瘤病人有長頸鹿斑，故認為出現6個以上直徑為1.5公分的長頸鹿斑時，應就醫進一步檢查是否與神經纖維瘤有關。

如果出現數個咖啡牛奶班怎麼辦？請不用擔心，有咖啡牛奶般並不等於患有神經纖維瘤，若想消除可以到皮膚科經過醫師頻估後，選擇不同的雷射方法做適當的治療，而雷射的效果不一、因人而異。



#### 脂漏性角化斑／老人斑

曬斑會經由年齡增長，面積變大，漸漸加深加厚，漸漸變成「老人斑」，但並非「老人」才會出現！若常曝曬於陽光、紫外線下，有些人20幾歲就會出現老人斑。老人斑的形成是因爲長期累積紫外線所造成的傷害，導致年老角質細胞堆積而形成。

如果短時間內出現大量的老人斑，就需特別注意是惡性腫瘤伴隨的特徵。建議至醫院做進一步的檢查，是否與癌症（如胃腺癌、肺腺癌、血癌、淋巴癌等）有關。



#### 火逼性紅斑

冬天常見使用暖暖包、電暖爐、電熱毯等，或泡溫泉泡太久都有可能導致。火逼性紅斑和燙傷不同，是因為長時間接觸高於體溫的物品，而在接觸位置形成像大理石紋路般的網狀紅斑，通常會伴隨著紅癢、刺痛等症狀。若紅斑久久未能改善應立即就醫，特別提醒，冰敷是無法使其消退的。



#### 白斑

也就是俗稱的「白癜風」，是一種俗稱的色素疾病，約20％是因家族病史而引起。皮膚會出現形狀不規則、界線分明的雪白斑塊，雖然並非疾病也不會傳染，卻會蔓延擴散到全身。

白斑的成因不只一種，包括遺傳、自體免疫、神經性影響等。大部分白斑的產生是因為自體免疫失調，造成免疫系統的發炎細胞攻擊自身的黑色素細胞，導致黑色素消失。此外，白斑容易伴隨其他自體免疫疾病，像是甲狀腺疾病、紅斑性狼瘡、胰島素依存性糖尿病等。

