

還我本來面目

皮膚部 沈宜萱醫師

農曆過年前，大家總是會把家裡不再需要的東西做一個總整理，除舊佈新一番。其實除了讓房子煥然一新，也可以整修自己的門面換換心情！讓新的一年有一個完美的開始！

在小學教書的謝老師仔細回想，擦了多少年的美白產品或美白導入療程，臉上的斑似乎沒有動靜，還要把年終獎金貢獻給百貨公司的化妝品專櫃或護膚沙龍嗎？是不是有更快更有效的辦法？剛好隔壁的陳組長兩週前去醫院做了臉部除斑雷射治療，整個人感覺煥然一新，年輕了好幾歲！謝老師也心動了，開始想像臉上的斑點去除後，自己能擺脫黃臉婆的封號，擁有如嬰兒般無瑕的肌膚～

一般人對於雷射除斑常有的錯誤觀念，就是先看親朋好友雷射完有沒有效，再決定要不要做，或者是堅持要選和朋友一樣的雷射機器治療，也有人看到廣告的雷射特惠療程，連自己臉上有什麼斑都不知道，不小心手一滑就刷下去買了整套療程。但事實上，每個人的斑可能都不一樣，也可能同一個人臉上出現多種不同的斑點，而不同的斑點，適合的雷射方式和次數也不同，甚至有的斑是不適合作雷射治療的。所以在接受斑點的治療前，需要經過專業皮膚科醫師的仔細評估，確認斑點的種類和可以施行的雷射治療。臉部上常見的斑點有以下這幾種：

- 一、雀斑：一種褐色小斑點，和遺傳及陽光曝曬有關，常出現於前額、鼻樑和臉頰等處，可以用紅寶石雷射或脈衝光治療效果。
- 二、曬斑：顧名思義就是日曬引起的斑點，摸起來觸感平滑顏色呈現褐色，持

續的日曬會讓斑點變大，變多，顏色變深，可以用紅寶石雷射或脈衝光治療。

三、脂漏性角化症：淺膚色，棕色或黑色凸起的斑塊，用鉬雅各雷射或二氧化碳雷射治療效果良好。

四、肝斑：肝斑的治療以防曬及使用三合一美白藥膏為主，使用三合一美白藥膏二至三個月後建議交替使用杜鵑花酸，傳明酸，鞣酸，左旋維生素C，熊果素等美白製劑。另外也可以合併果酸換膚，美白導入等方式。脈衝光或淨膚雷射可以淡化肝斑，但要小心術後反黑或復發的可能，也不宜長期施打。

五、顴骨斑：屬於真皮深層的色素，紅寶石雷射治療是目前較好的選擇，需要有耐心的接受較多次的雷射治療，每次雷射治療需間隔二至六個月。

再談談雷射治療後的照護原則，選擇脈衝光或淨膚雷射治療，治療後不會造成明顯的傷口，但術後做好保濕和防曬還是很重要的。

如果是使用紅寶石雷射，治療完會有結痂的傷口，要在傷口上擦藥膏約一週，等痂皮自然脫落，痂皮脫落之後要記得繼續防曬，以減少反黑的情形。接受鉬雅各雷射治療後，會有似擦傷的表淺傷口，需塗抹藥膏或用人工敷料覆蓋傷口，一般約一週至十天後傷口即可癒合，傷口復原之後要持續防曬，以減少反黑的現象。另外要提醒的是，約兩三成的患者在痂皮脫落後二至三個星期，治療的部位會有雷射術後返黑的情形，此時不必太過擔心，術後返黑的狀況，約二到三個月後會逐漸變淡，但這幾個月也是患者最難受的一段時間。

如果臉上同時有多種不同的斑點，還是要依照醫師的專業判斷依照順序處理。除斑一定要有耐心，很難一次治療就可以完全根除。另外很多人都會問的問題就是，雷射除斑完，防曬到底要做多久？其實雷射術後短期的防曬可以減少反黑，長期的防曬是要預防長出新的斑點以及皮膚老化，各位愛美的朋友們，

到底要怎麼做，你們應該心裡有數了吧～