



歡迎訂閱電子報

藥物食品安全週報

DRUG AND FOOD SAFETY WEEKLY LETTER

2025年5月23日
發行人：姜至剛

第 1027 期

腳發癢、脫皮、臭？ 你可能「黴」上了！



臺灣氣候潮濕，加上人們外出長時間穿鞋，心情悶悶的同時，小心腳也被悶住而「發黴」。足癬，又名「香港腳」，是指足部受到黴菌感染，造成趾間或腳底出現脫皮、發癢或長水泡等現象，若不加以治療，不僅影響人們日常生活，也可能進一步感染身體其他部位或傳染給家人。該如何治療及預防，讓食品藥物管理署（下稱食藥署）帶您一起來看看。

香港腳，要這樣治療

治療香港腳，以外用的抗黴菌藥品為主，若病人有足部角質增厚情形，可能也會使用水楊酸或尿素等角質軟化藥品作為輔助治療，幫助藥品更有效滲透進入組織。對於使用外用藥品療效不佳的病人，醫師則會建議使用口服藥品進行治療。

香港腳治療的療程

長短取決於感染的嚴重度及感染部位等因素，通常需要治療數週。治療期間，病人須依照醫事人員指示及藥品說明書用藥，不建議因為患處不癢或是症狀改善就擅自停藥。另外，坊間流傳的冰醋酸泡腳療法，其實無法殺死黴菌，且易刺激皮膚，引起紅腫發炎，反而不利於香港腳的治療。

預防香港腳，可以這麼做

要防止足部受到黴菌感染，脫離「菌男黴女」的行列，可以從製造不利於黴菌生長的環境做起，如：保持雙足與趾縫的乾燥、交替穿著透氣的鞋款、勤換吸汗效果好的棉質襪子等；若至泳池及淋浴間等公共場所，留意不赤腳、不穿著公用拖鞋等，都是減少接觸到黴菌的方法。隨時留意足部是否有脫皮、發癢或長水泡等情況，若有前述症狀，則建議尋求醫事人員協助，讓食藥署與您一同守護足部健康。