



藥物食品安全週報



2026年6月19日

發行人：姜至剛

歡迎訂閱電子報

DRUG AND FOOD SAFETY WEEKLY LETTER

第 1083 期

痘痘藥品百百種怎麼用？ 外用、口服治療原理一次看懂



痤瘡，俗稱青春痘，是常見的皮膚問題，若未妥善治療，除了反覆發炎，還可能留下痘疤與色素沉澱。面對市面上琳瑯滿目的外用藥膏與口服藥品，究竟該怎麼選、怎麼使用？食品藥物管理署（下稱食藥署）特別邀請長庚醫院皮膚科主治醫師黃易欣，解析青春痘治療常見藥品的作用原理與正確使用觀念。

青春痘的形成與藥品

黃易欣醫師表示，青春痘的形成主要與皮脂腺分泌旺盛、毛孔角質代謝異常，以及痤瘡桿菌增生有關。當毛孔被過多角質與油脂堵塞後，容易形成粉刺，而毛囊內缺氧的環境則可能促進痤瘡桿菌增生，進一步引發發炎、紅腫，甚至形成膿疱型痘痘。

青春痘治療藥品可分為處方藥及指示藥，民眾可視自身狀況，選擇適當治療方式。若為長期、嚴重或大面積痤瘡，應尋求皮膚科專科醫師診治，並依醫囑使用處方藥品，例如口服 A 酸藥品、口服或外用抗生素等；若為輕度且小面積的痤瘡，則可至藥局向藥事人員諮詢，購買指示藥品，例如外用 A 酸 (tretinoin) 或外用過氧化苯等。

常見外用藥品，作用原理各不同

常見青春痘外用藥品可分為四大類。

藥品種類	作用	注意事項	使用建議
外用A酸	改善毛孔阻塞與發炎情形	初期可能出現乾燥、脫皮等刺激反應	建議循序漸進使用，並加強保濕與防曬
杜鵑花酸	類似A酸，作用較溫和	部分民眾使用後可能出現刺癢或灼熱感	建議從少量開始使用
外用抗生素	主要用於改善紅腫發炎型青春痘	長期單獨使用可能增加抗藥性風險	通常會搭配其他藥品治療
過氧化苯	透過改變痤瘡桿菌生長環境達到抗菌作用	濃度越高刺激性越強；需留意衣物褪色問題	應注意避免過量

口服藥物需經醫師評估，勿自行停藥

若外用藥效果有限，或屬於大範圍、囊腫型、結節型等較嚴重痤瘡，醫師也可能視情況搭配口服藥品治療，包括口服抗生素、口服A酸及荷爾蒙治療等。

其中，口服A酸被視為目前治療嚴重型青春痘的重要藥物之一，可從根本抑制皮脂分泌，並同時改善角質代謝、抑菌與抗發炎。不過，其副作用也較明顯，包括皮膚與嘴唇乾裂、眼睛乾澀，以及可能造成肝功能與血脂異常，因此治療期間需定期回診追蹤。一般療程建議持續四至六個月以上，即使痘痘提早改善，也不建議自行停藥，以降低日後復發風險。



口服A酸具有致畸胎風險，女性使用前必須確認未懷孕，且停藥至少間隔一段時間再備孕。

痘痘藥不是擦越多越有效

黃易欣醫師表示，門診常見民眾急著消痘，自行大量塗抹藥品或直接使用高濃度產品，結果反而導致皮膚泛紅、脫皮甚至受損。她提醒，青春痘治療需要時間，外用藥通常需四到八週才會逐漸見效，切勿因短時間看不到效果就頻繁換藥。

除了藥品治療外，日常生活習慣也相當重要。黃易欣醫師建議，清潔應以溫和為原則，避免過度洗臉；同時應做好防曬，維持規律作息與充足睡眠，也避免自行擠壓痘痘，以減少發炎與痘疤形成風險。

文字撰寫 | 遠見50+編輯群

濕疹用藥正確擦，止癢不傷膚

濕疹是一種皮膚發炎的統稱，可能由外在的物理或化學刺激、過敏反應、免疫調節異常或遺傳等多種因素引起，常見類型包含富貴手、異位性皮膚炎、脂漏性皮膚炎、錢幣型濕疹及汗皰疹等，症狀多為紅腫、乾癢及脫屑。面對急性期最難耐的搔癢症狀，應如何正確使用外用藥物來減緩不適，同時避免傷害肌膚？就讓食藥署為您解答。