

增強免疫力 疫苗煩力一疣

愈生愈多礙儀容 激光治療少留疤

疣（Warts）是有傳染性的皮膚病，平時去游水、做瑜伽，都有機會因接觸共用物品而受到感染。這種由人類乳頭瘤病毒（HPV）所引起的皮膚問題，常見於手、足位置。皮膚科專科醫生胡惠福指出，疣可以愈生愈多，由最初只有幾粒，演變成數十至數百粒，除影響患者儀容外，更能蔓延至其他身體部位，甚至可以傳染給免疫力較弱的老人家或小朋友，因此不得不防。

胡惠福指出，疣經HPV感染所引致，現今已發現超過100種HPV，而不同類型的HPV會引致不同種類的疣。長在臉上、頸部的扁平疣影響患者儀容，讓人非常困擾；長在腳底的腳底疣因角質增厚，令患者在走路時因壓迫而產生不舒服甚至疼痛，還可能跟雞眼混淆，影響治癒時間。俗稱椰菜花（又稱為尖銳濕疣），也就是長在生殖器或肛門周邊部位的性病疣，會出現突起的肉色顆粒或腫塊，更讓人有說不出的苦。

疣潛伏期 長至半年

疣的潛伏期大約2至6個月，一般人在感染後可能有頗長一段時間不會發現徵狀，至於要確定到底是哪一種疣，主要靠醫生的臨床經驗診斷。

胡惠福指出，疣有機會於數月或半年內自然消失，只是體積較大的疣，就愈難自然消失。不過，但凡持續有病徵，疼痛、不舒服或影響正常身體功能，不論年輕人或老人家都可考慮治療。治療除了改善外觀、紓緩痕癢或痛楚等病徵外，亦有機會減低疣的擴散範圍及傳染他人的風險，治療方法視乎疣的種類、大小、位置等而決定。

激光治療一是利用二氧化碳激光精準地把疣氣化燒焦，避免破壞周邊正常皮膚，適用於面部、頸部細小的扁平疣，亦適用於較大或深層的疣，有機會一至兩次治療便把疣清除，傷口細小且復元快，疤痕風險較低，但也可引致色素沉澱。另外，體積較大或較深層的疣，也可以利用外科手術切除疣的組織，但會留有疤痕。

■保持良好生活习惯，以增强免疫力。



皮膚科專科
胡惠福醫生



■疣影響外觀，令人煩惱。

冷凍治療—利用極低溫液氮氣，凍壞疣的組織而令其脫落，較適用於體積較大的疣，例如手部、腳部的疣，一般需要多次治療，好處是治療過程簡單快捷，惟在過程中或有刺痛感，亦有機會出現紅腫水泡、色素沉澱。另有外用藥物（如水楊酸藥水）、電灼治療，至於採納哪一種治療還得靠醫生診斷。

由於疣屬於一種病毒感染，就算清除後仍有機會復發，因此必須注意個人衛生，避免使用公共物品和用具，防止

間接傳染：如在游泳池、健身房或更衣室

時，應避免赤腳行走，可以使用清潔產品清洗直接接觸的部位，例如腳底、手掌等；最重要是養成良好生活習慣，要有均衡飲食、適量運動、充足睡眠，以增強免疫力。

千萬不要抓 感染免擴大

如果已是疣的患者，千萬不要抓，以避免感染面積擴大；可以的話應使用紗布或藥水膠布遮蓋患處，以隔絕和外部接觸，避免傳染他人。

裝App 變耆跡天使 助尋腦退化症人士

照顧腦退化症親人殊不簡單，除要關注其日常生活外，更會擔心他們外出時走失，因此經常承受極大壓力。由香港賽馬會慈善信託基金捐助，賽馬會耆智園聯同香港科技大學陳雙幸教授團隊及聖雅各福群會，推出「賽馬會『友里蹤跡』社區計劃」，透過結合社區網絡及科技力量，為腦退化症親人提供實質支援，紓緩他們的壓力，並且向公眾推廣腦退化症關愛資訊。

是次計劃推出「守護蹤」電子裝置，供有需要人士免費申請，讓腦退化症人士佩戴在身上，一旦他們走失時，照顧者便可憑電子裝置尋找其大約位置。腦退化症人士家

屬及大眾，亦可免費下載「友里蹤跡」手機App成為「耆跡天使」。當走失事件發生時，下載了「友里蹤跡」App的「耆跡天使」便會收到通知，繼而開啟藍牙和位置，若然腦退化症人士剛巧經過附近，他們的位置便會以匿名方式分享到雲端系統，協助照顧者掌握腦退化症人士大概位置，讓走失人士可盡快安全回家。相關技術適用於人口密度高的地方，只要「耆跡天使」人數越多，能偵測出來的位置亦越細緻及準確，所以不要看輕下載及安裝「友里蹤跡」App這舉動。

「賽馬會『友里蹤跡』社區計劃」免費服務將於明年8月結束。為惠及更多有需要人士，賽馬會耆智園將於以下日子舉行「守護蹤」派發日，讓有需要人士預先登記並於現場免費索取一套「守護蹤」藍牙裝置。查詢及登記可致電6804 6307。

「守護蹤」派發日詳情

日期：7月22日下午4時至6時30分
7月23日下午4時至6時30分
7月24日下午1時至7時

地址：九龍長沙灣道833號長沙灣廣場3樓310B號舖

■登記並符合資格者可獲取其中一款「守護蹤」藍牙裝置。

