|  |  |
| --- | --- |
|  衛教資訊 **新竹馬偕紀念醫院** | **美容性問題：果酸換膚術** |
|  地址： 30071新竹市光復路二段690號 電話： 03-6889595 分機6293 | **修訂:2021/05/24****皮膚科** |
| ．健康諮詢專線：03-5745098週一～週五 上午9:00~12:00 下午14:00~17:00例假日休息．語音掛號電話：03-5166516．人工掛號電話：03-6118866週一~週五上午8:00~17:00 週六上午8:00~12:00 | 新竹馬偕new logo-20160801-黑字.wmf **(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.****馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利** |

**Ｑ：**我想對果酸換膚的事.來煩請教您.煩請醫師不吝告知.謝謝!我因為臉上有蠻多青春痘疤痕.想用果酸換膚來改善.我知道果酸換膚對於疤痕要多次療效才有用.但不知可以改善多少成??-(大約)那是否對於比較大的疤會沒有作用??還是說需要更多次.才能淡化.或改善如果用果酸對於除痘疤痕的療程大概需要幾次??---(大約) 那麼再請問醫師.再臨床上果酸換膚微剝到底可以做到多好的程度ㄋ???我本來是要考慮磨皮的.但是覺得副作用太大而且療養期太久.很不方便......俗話說醫者父母心.希望醫生能夠不厭其煩的為我解答.... 誠心感謝!

**Ａ：**果酸換膚術是以高濃度的果酸(本院使用20%, 35%, 50%, 70%的甘醇酸)，在醫師的控制下，於一定的作用時間內作用於皮膚，以達到快速改善膚質的目的。果酸換膚術可以改善的效果包括： 1)改善粗糙膚質 2)改善細紋、皺紋 3)改善青春痘 4)改善青春痘的疤痕 5)改善黑斑及色素沉澱。

果酸換膚術所須次數因人而異，看個人臨床情況及需求而定；一般而言，青春痘約須3~4次，凹陷型疤痕約須8~12次，黑斑約須4~6次，若做過二次仍無明顯改善者，須考慮用其它治療方式。每次換膚的間隔時間視個人而異，約 2 至 6 週不等。

太深的凹陷型疤痕無法以果酸換膚術改善，磨皮仍是重要的方法，您應先請皮膚科專科醫師為您作評估。

**Ｑ：**請問果酸換膚在那個季節做比較好?

**Ａ：**果酸換膚後若保養得當季節不是問題, 若無法好好保護, 可考慮秋天。太熱或太冷的季節較不適合。果酸換膚的注意事項與治療目的, 使用果酸的濃度都有關, 您可參考衛教園地, 或就近請教皮膚科專科醫師先評估您的膚質及情形是否適合, 再請醫師就您的情形說明。

**Ｑ：**請問: 痘疤使用果酸換膚能達到百分之百除疤的功效嗎???或者可用雷射去除更加有效???還有別種方式嗎???

**Ａ：**痘痘疤痕的治療由外用藥, 果酸換膚, 化學換膚, 微晶磨皮, 雷射磨皮, 鑽石刀磨皮...等有不同的方式, 須視個人嚴重程度及不同膚質而定。醫學上沒有任何一種治療可保證百分之百的功效, 治療的成功與否與醫師的專業技術, 個人體質, 儀器的好壞, 術後是否有正確保養均有關。在本院過去數年的經驗裏, 果酸換膚用來治療青春痘, 有80%的患者會有進步, 但只有25%的患者會有極大(75%以上)的改善, 有40%的的患者有中等的進步(25%~75%), 而有15%的患者只有稍微的進步(<25%), 有20%的患者沒有改善。由於青春痘為多因素疾病, 與體質(皮脂腺的活性, 皮膚的出油), 飲食習慣, 清潔習慣, 內分泌的穩定性, 環境的影響, 細菌的感染均有關。治療中是否復發將影響治療的成效與體質(皮脂腺的活性, 皮膚的出油), 飲食習慣, 清潔習慣, 內分泌的穩定性, 環境的影響, 細菌的感染均有關。您應先找皮膚科專科醫師為您評估自己的情形, 及適合的治療方式。

**Ｑ：**我現在臉上有以前痘痘留下的疤痕凹洞 請問使用果酸換膚好嗎?

**Ａ：**痘痘留下的疤痕凹洞, 若疤痕較淺, 才考慮使用果酸換膚, 約須8~10次以上的治療才會有效。如果疤痕較深, 應考慮磨皮。您可找皮膚科專科醫師或整型外科專科醫師為您評估後再決定治療的方式。

**Ｑ：**我在網路上看過有網友推薦可用檸檬原汁或稀釋後來自行做換膚，兩星期見效，請問這有效嗎？有無副

作用？本身鼻頭上有許多粉刺，毛孔“非常”粗大，請問除了換膚外有無任何方法可使粉刺不見、毛孔

變小？

**Ａ：**我不會建議用這種方式, 檸檬汁使用不當可能造成刺激性接觸性皮膚炎或色素沉澱。正確的清潔, 使用收斂性化妝水及有去角質作用的保養品或藥物(如果酸, 水楊酸, 維它命A酸等)均可有效減少粉刺, 並使毛孔收斂, 但沒有方法可使毛孔永久變小。妳必須了解容易出油的鼻頭, 毛孔越小反而越容易阻塞形成粉刺, 正確的保養及了解皮膚的生理才是正途。

* 新竹馬偕紀念醫院，關心您的健康。