



由香港醫護聯盟(社會企業) 推動的病人自助組織，提供資訊及支援，鼓勵患者及其照顧者妥善自我管理濕疹；推動宣傳教育，增強社會對濕疹患者的了解和支持；促進病友互助自助，改善本港濕疹的治療及病人服務。

網址：<https://adconcern.org/>

本小冊子內容僅供參考用途，不可取替醫生/醫護人員的建議及求醫的需要，亦不能作為自我診斷或選擇治療的依據。如對病情或治療方法有任何疑問，請諮詢醫生或醫護人員。

濕疹關注組並不偏重或推薦任何藥物及產品，如對相關藥物或產品有任何疑問，請直接向醫生或醫護人員查詢。

如因小冊子內容導致的任何損失或責任，濕疹關注組一概恕不負責。

出版日期：2024年9月

參考資料：

1. Severe Atopic Association 2022. Atopic Dermatitis Online Health Lecture. Available at <https://www.youtube.com/watch?v=nE3P1Hqfpcw> Accessed on Feb 2024.
2. Yosipovitch G et al. Peak Pruritus Numerical Rating Scale: psychometric validation and responder definition for assessing. Br J Dermatol. 2019 Oct;181(4):761-769.
3. Silverberg J, et al. Psychometric properties of the itch numeric rating scale, skin pain numeric rating scale, and atopic dermatitis sleep scale in adult patients with moderate-to-severe atopic dermatitis. Health Qual Life Outcomes. 2021 Oct 23;19(1)
4. Ständer S et al. The Sleep Disturbance Numerical Rating Scale: Content Validity, Psychometric Validation, and Meaningful Within-Patient Change in Prurigo Nodularis. Dermatol Ther (Heidelb) (2023) 13:1587–1602
5. Finlay AY, Khan GK. Dermatology Life Quality Index (DLQI)—a simple practical measure for routine clinical use. Clin Exp Dermatol. 1994 May;19(3):210-6.
6. Jinhye Kim et al. Quality of life in adult atopic dermatitis patients. Journal of Korean Dermatological Society 2011;49(11):983–992.
7. Hongbo Y, Thomas CL, Harrison MA, Salek MS and Finlay AY. Translating the science of quality of life into

異位性皮膚炎 就診紀錄手冊

幫助患者詳細紀錄
異位性皮膚炎症狀



異位性皮膚炎患者 就診紀錄手冊

與醫護人員溝通、訂立治療目標並積極進行治療有助提高患者的治療滿意度¹。本手冊旨在使醫護人員能夠迅速了解患者的治療目標和狀況，以便有效進行診療。患者透過積極管理自己的治療目標、症狀以及疾病所帶來的影響，並與醫護人員溝通，有助實現與治療目標相符的治療效果，提高生活質素。

► 如何使用此就診紀錄手冊？

覆診就診紀錄
(見第10頁)

1

定期或在就診之前



填寫專為異位性皮膚炎(AD)患者設計的覆診就診記錄。

2

就診時



就診時，向醫護人員出示覆診就診記錄，並討論治療目標、症狀和治療方法等。

3

就診後



就診結束後保留覆診就診記錄，在下一次就診時與醫護人員回顧填寫的記錄並討論治療進展和情況。

症狀等級量表

在就診之前可先填寫症狀等級量表，
然後向醫護人員見面諮詢時出示。

1. 痕癢數值等級量表 (Peak Pruritus NRS)²

在過去的24小時裡，您會如何評價最強烈的痕癢感？



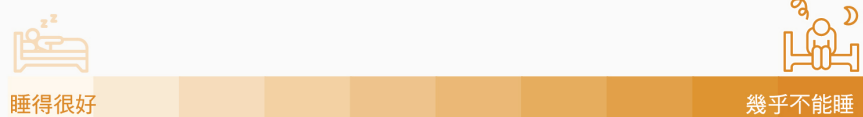
2. 疼痛數值等級量表 (Pain NRS)³

您會如何評價在過去24小時內經歷的最嚴重疼痛？



3. 睡眠數值等級量表 (Sleep NRS)⁴

您會如何評價昨晚的睡眠質素？



皮膚病生活質素指數 問卷(DLQI)^{5,6,7}

問題

答案 (請圈出分數)

1. 過去一周，您有多麼感到皮膚痕癢、刺痛、疼痛或灼熱？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

2. 過去一周，您有多麼因為皮膚問題感到困擾或煩躁？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

3. 過去一周，您有多麼因為皮膚問題在購物、做家务等方面受到了干擾？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

4. 過去一周，您的皮膚問題對您選擇衣著時產生多大的影響？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

5. 過去一周，您的皮膚問題對社交或休閒活動產生多大的影響？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

6. 過去一周，您有多麼因為皮膚問題難以參與體育活動？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

7. 過去一周，您的皮膚問題是否阻礙您工作或學習？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

8. 過去一周，您的皮膚問題有對您的伴侶、親密朋友或家人造成問題？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

9. 過去一周，您的皮膚問題對性生活的影響有多大？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

10. 過去一周，皮膚治療造成了多少麻煩(例如，它是否使您的家變得凌亂或消耗大量時間)？

0分 1分 2分 3分
無 一時時 很多時 非常

評估總分⁷：

0 - 1：對生活質素沒有任何影響
2 - 5：對生活質素有輕微影響
6 - 10：對生活質素有中度影響

11 - 20：對生活質素有非常大影響
21 - 30：對生活質素有極大影響

總分：

患者小貼士 問問醫生篇

治療相關問題的例子：

- ❓ 我應該如何**訂立短期和長期的治療目標**？
醫生會有什麼**建議**嗎？
- ❓ 在使用藥物上，有甚麼需要留意？
藥物有什麼**副作用**？
- ❓ 藥物使用多久才**開始見效**？
- ❓ 如現在所用的藥物無效，有沒有**其他治療方法**？
- ❓ 可否**與醫生商量**處方何種藥物？
- ❓ 如對藥物有問題，還可以**向誰查詢**？
(如藥房藥劑師，護士長，社區藥劑師等)
- ❓ 如下次覆診前病情轉差，如何處理？
可否**安排提早覆診**？
- ❓ 我的情況可否**使用新型藥物**？
如生物製劑 / 口服JAK抑制劑？
- ❓ 我現在使用的新型藥物
是否有**藥物資助**？



患者小貼士 調整心態篇

治療上要有耐性，皮膚病是長期病，
容易受情緒影響，嘗試改變心態，正面與病共存

與醫生溝通好重要，不用怕主動發問

持續紀錄自己的病情，留意藥物
副作用及對生活的影響

鼓勵多參與病人組織
與同路人互相支持

多了解及善用
社會資源及資助

第一次就診紀錄

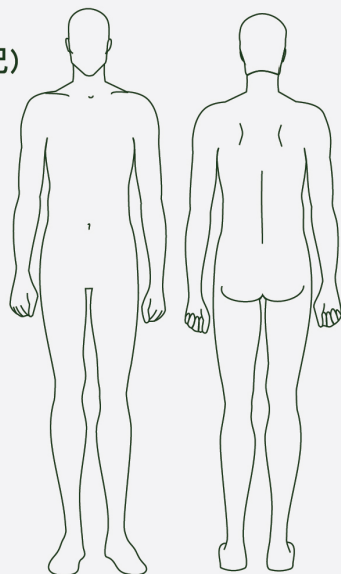
Q1 你患上異位性皮膚炎多久？ _____

Q2 你認為你的異位性皮膚炎的嚴重程度是？

- ☐ 輕度 ☐ 中度 ☐ 嚴重

Q3 發病部位及範圍（請剔選或於下圖標記）

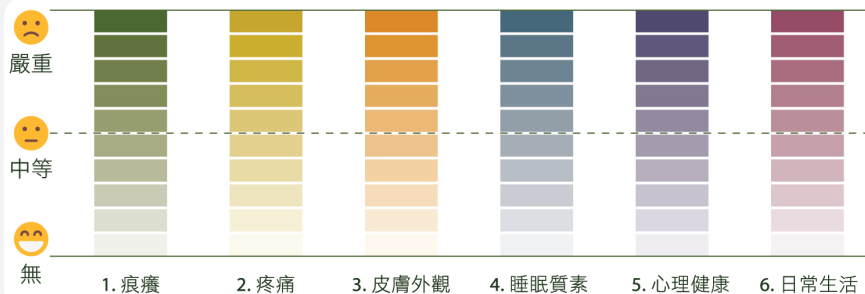
- ☐ 頭皮
☐ 面部
☐ 手腳
☐ 手指
☐ 膝頭
☐ 關節
☐ 私處 / 生殖器官
☐ 腋窩
☐ 其他



Q4 目前正在接受的治療方案

- ☐ 局部類固醇藥膏 ☐ 局部免疫抑制劑，局部鈣調節磷酸酶抑制劑
☐ 抗組織胺藥 ☐ 抗生素
☐ 生物製劑 ☐ 口服JAK抑制劑
☐ 系統性免疫調節劑 ☐ 外用皮質類固醇
☐ 其他免疫調節劑 ☐ 光學治療
☐ 其他： _____

Q5 請標記以下6個項目的當前狀態



Q6 對目前治療和症狀改善的滿意度

- ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意

Q7 異位性皮膚炎如何影響你的生活及身心？
 你期望達到什麼治療目標？

你的困難是：/ 你希望改善：	請以數字排列出你期望達到的 首3個治療目標： (1 為最期望達到的治療目標)	你期望多快實現這些治療目標？ (例如：一星期、兩個月等等)
痕癢		
皮膚疼痛或不適		
皮膚外觀		
睡眠質素 (例如難以入睡和容易醒來)		
心理健康 (注意力無法集中、焦慮或沮喪)		
日常生活 (家務、工作、學習、社交生活、 人際關係以及衣著)		

Q8 如果症狀沒有改善或對當前治療感到不適，
 您對未來的治療有何想法？

- ☐ 繼續下去很困難，想尋求其他治療方法
☐ 再觀察一段時間
☐ 雖然感到不適，但仍想維持當前的治療

覆診就診紀錄

覆診日期：_____年____月____日

請於覆診時出示予醫護人員作參考

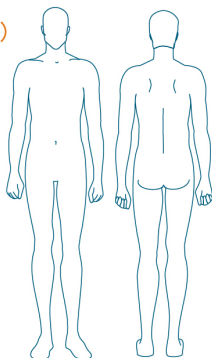
現時治療方法	口服藥物 (如類固醇， 抗生素)	外用藥膏	全身性免疫 調節藥物	光學治療	新型藥物如： 生物製劑 / 口服JAK抑制劑	其他
開始日期						
結束日期						
藥名						

上次覆診後症狀的變化

- ☐ 症狀有所改善，情況是：_____
- ☐ 症狀惡化，情況是：_____
- ☐ 症狀時好時壞，情況是：_____
- 惡化頻密次數：_____

發病部位及範圍（請別選或於下圖標記）

- ☐ 頭皮
- ☐ 面部
- ☐ 手腳
- ☐ 手指
- ☐ 膝頭
- ☐ 關節
- ☐ 私處 / 生殖器官
- ☐ 腋窩
- ☐ 其他 _____



對生活的影響

痕癢	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
疼痛	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
睡眠質素	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
皮膚症狀如滲水或結痂	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
心理健康（焦慮和抑鬱）	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
日常生活（學業、人際關係等）	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有

覆診就診紀錄

覆診日期：_____年____月____日

請於覆診時出示予醫護人員作參考

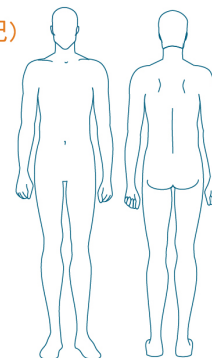
現時治療方法	口服藥物 (如類固醇， 抗生素)	外用藥膏	全身性免疫 調節藥物	光學治療	新型藥物如： 生物製劑 / 口服JAK抑制劑	其他
開始日期						
結束日期						
藥名						

上次覆診後症狀的變化

- ☐ 症狀有所改善，情況是：_____
- ☐ 症狀惡化，情況是：_____
- ☐ 症狀時好時壞，情況是：_____
- 惡化頻密次數：_____

發病部位及範圍（請別選或於下圖標記）

- ☐ 頭皮
- ☐ 面部
- ☐ 手腳
- ☐ 手指
- ☐ 膝頭
- ☐ 關節
- ☐ 私處 / 生殖器官
- ☐ 腋窩
- ☐ 其他 _____



對生活的影響

痕癢	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
疼痛	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
睡眠質素	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
皮膚症狀如滲水或結痂	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
心理健康（焦慮和抑鬱）	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有
日常生活（學業、人際關係等）	☐ 嚴重	☐ 中度	☐ 輕微	☐ 沒有