雞眼及足底疣是非常令人煩擾的兩大足患。

雙足天天走路，天天受壓，有時會長出小東西來，最常見是雞眼。足部有時亦會長出怪東西，稱為足底疣。雞眼和足底疣雖然不是大病，沒有致命危機，但兩者小東西卻是非常頑固，又搽藥水又用藥貼都無法徹底鏟除，令人十分煩擾。

雞眼與足底疣，到底應如何處理？今期由家庭醫學專科醫生為大家詳細解構。

撰文：陳旭英　攝影：張文智　設計：林彥博

常見足病　因痛求診

雞眼與疣，似乎是最令雙足煩擾的敵人，因為就算經醫生治癒後，它們仍有機會不斷復發，不斷作惡。到底，如何才能徹底鏟除這兩個敵人？

養和醫院家庭醫學專科醫生康天澤說，雞眼與疣是常見足病，很多時病人因感痛楚而求醫。

「雞眼和疣是兩種不同的疾病，兩者病理不同，但外觀卻很相似。雞眼是由於表皮增生而形成，疣則是由病毒感染而成。兩者都會引起痛楚，對患者造成不少困擾。」

點解生雞眼？

康天澤醫生說：「雞眼是由於足部壓力位置長期受壓，或與鞋履磨擦，身體為保護足部而引致表皮層增生，俗稱為『足枕』或『足繭』，即雞眼前期，是平面增厚的厚皮；持續受壓會令厚皮逐漸增加並角化呈尖角，當患處受壓時便會壓向真皮層的神經線而產生痛楚。因足繭中間呈透明，像雞的眼睛，故俗稱雞眼。很多時病人因痛楚而來求診，或曾試用『雞眼貼』後未能處理好，因而見醫生治理。」

為何有些人有雞眼，有些人卻沒有？雞眼是由於適應日常負重及走動的姿勢而產生，患者本身可能有腳趾外翻或步姿不正確問題，又或穿了不合適的鞋履，令部分位置受壓及被磨擦，最終形成雞眼。雞眼是沒有傳染性的，所以如果發現愈生愈多，又或生在沒有受壓的地方，那便可能不是雞眼了。

▶ 雞眼是表皮增生及角質化而成，出現在壓力位。

足底疣由HPV病毒引起

疣的形成則屬病毒感染。由不同HPV病毒引起的疣會出現在身體不同位置，有些生長在面部，稱為扁平疣，平面不突出，像一片黏上去的增生皮膚，細小，呈肉色或淺啡色。也有其他HPV病毒會專門生長在手指，又或在生殖器上。

康醫生解釋，足底疣是病毒入侵皮膚細胞後引致，患處很多時會長出微細血管，看上去會見到很多黑色的小點，按壓多會感到痛楚。而足底疣的表面呈鱗狀，並不平滑，及具傳染性，會愈來愈大，或愈生愈多。

為何會有病毒入侵皮膚？康說，疣是由人類乳頭狀病毒（HPV）進入皮膚而形成，通常經由患者的皮膚直接或間接接觸而傳染。

並非每個人接觸HPV病毒後都會受感染而長出疣，健康人士透過免疫系統防禦可以擊退病毒，如免疫力差就有機會受感染。

◀ 疣是由HPV病毒引起的鱗狀皮膚增生物，可生於足底或身體其他位置。

雞眼與足底疣 好難搞？

◀ 市面上有雞眼貼，但尺碼未必適合不同人的雞眼，

雞眼貼　勿亂用

有雞眼患者會自行在藥房購買「雞眼貼」膠布，但往往未能成功清除而求醫。康醫生說，很多病人投訴雞眼貼無效，但卻令周圍皮膚紅腫，其實是病人不正確使用雞眼貼。「雞眼貼大部分是含水楊酸，具腐蝕性，作用都是破壞雞眼表層，但雞眼貼往往與病人雞眼大小及形狀不符合，故未能針對性地發揮功效。而水楊酸藥物會損害雞眼附近正常皮膚，所以貼前應在雞眼四周皮膚先塗上凡士林或貼上膠布保護。」

市面上亦有售滴用的雞眼藥水，水楊酸成分與雞眼貼相似，約有5-10%；由醫生處方的雞眼藥水，水楊酸成分則有10-20%。

避免使用不當或因藥效不足而未能徹底清除雞眼，康醫生建議病人使用前應諮詢醫生意見，或由醫生處方及指導使用。同時應找出形成雞眼原因，加以改善，如糾正步姿，選擇舒適鞋履，才能醫治根本，以免再形成雞眼。

▼ 先使用雞眼藥水，去除表面的增生。

▲ 再由足部診療師批走雞眼。

治療方法　去角質層

雞眼及足底疣的治療方法大致相同，主要去除增厚的角質層，醫生因應情況或會用刀片切走部分厚皮，但要小心避免造成皮層受損，以致流血或引起感染。

「醫生亦會處方含水楊酸的藥水，病人可回家定時滴用。使用前先將腳浸在暖水約十分鐘，待患處表面軟化後捽走鬆脫的表層，然後滴藥水到增厚位置。病人要重複滴用，逐層拆解，直至鏟除根部，摸下時再感覺不到增厚的皮層才算完成。一般輕微的情況，約數星期至一個月便能徹底清除，頑固的更可能要一年才能完成療程。」康醫生說。

公共毛巾勿使用

由於疣屬病毒感染，治療未必能百分百清除身體的HPV病毒，故日後也有機會復發。預防勝於治療，患者應注意保持健康生活習慣，以免因抵抗力弱而令病毒有機可乘，重新活躍再造成感染。

「感染到病毒後，潛伏期由一至九個月不等，平均來說於感染後三個月便會長出疣。要預防感染，在公共地方如泳池，浴室都要着拖鞋，避免赤腳，也不要使用公共毛布，例如健身房、泳池、酒店提供的毛巾。切勿與其他人分享個人貼身物品及鞋襪等。當然保持個人健康，均衡飲食最重要！」康醫生說。

▶ 外出運動或洗澡抹身，應自攜私人毛巾。

冷凍治療殺疣

對付比較大粒的疣，為了更深入根部及減省治療時間，現在多會選擇使用冷凍治療，即以液態氮或冷凍劑將受影響的細胞凍死，待身體的免疫細胞把整個範圍包圍，結焦，約兩至三星期後一併脫離身體，若患處太大或需要接受多次冷凍治療，才能徹底解決問題。康醫生說治療時患者大多只會有冰冷的感覺，但不會很痛。冷凍治療也可能會有副作用，如出現水泡或血泡，便要包紮好或塗抗生素藥膏，以減低其穿破及感染風險。深入至真皮層或會令患者感痛楚，需要時可服止痛藥。發炎的皮膚也可能因色素沉著而變得深色。為了減輕副作用，醫生會選擇每次用較小劑量，減少對皮膚造成的傷害。

坊間也有治療疣的冷凍藥物，將吸滿冷凍藥的棉花直接敷在疣上，雖使用時沒有噴槍精準，但對付淺層的疣也是有效的。

遇上嚴重或頑固的疣，醫生或會用電灼或激光以高溫燒灼患處，或作手術切除，但這些都需要作局部麻醉，治療後傷口也會較痛。

◀▶ 市面上出售的冷凍治療藥物，可對付淺層足底疣。

養和醫院家庭醫學專科醫生
康天澤