世界華文媒體集團

醫識力問醫

強盛陣容 每週輪流上陣 *排名不分先序

感謝以下醫生、藥劑師和專業人士，他們同意為《醫識力》讀者解答醫療問題，提供最專業的回答：

- 心脏内科：李文材医生、叶荣源医生、郑晓勋医生、黄德威医生、周德平医生
- 心脏及胸腔外科：黎炳强医生
- 胸腔内科：王子石医生
- 胸腔内科 / 重症医学科：黄轩医生
- 重症医学科：黄学谦医生
- 脑外科 / 脊椎科：骆刚峰医生
- 脑内科：陈伟琼医生
- 肝肠胃内科：陈学笛医生
- 肠胃外科：陈庆华医生、刘志伟医生
- 血管外科：陈佳联医生
- 精神科：杨申兴医生、蔡汉飞医生
- 肿瘤科：何国辉医生
- 介入放射科：陈炽发医生
- 妇产科 / 助孕：林昌隆医生、黄国荣医生、韦国辉医生
- 儿科：周秀萍医生、陈雌萍医生
- 骨科：李润强医生、黄英豪医生、戴之钦医生
- 皮肤科：陈伟璋医生、庄伟明医生
- 肾脏内科：林仕军医生、林进成医生、尤雄光医生
- 眼科：林勤成医生、吴浩东医生
- 泌尿科：王展鹏医生、李东业医生、罗华伦医生
- 家庭医学科：陈炳怡医生、周云华医生
- 耳鼻喉及头颈外科：陈川谷医生、谢建裕医生、贺家骏医生
- 乳房外科：薛美江医生
- 普通科：吴奕品医生、丘桦森医生、陈伟振医生
- 牙科 / 口腔科：梁炳景医生
- 医病沟通：曾广志医生
- 中医：林仁吉、刘晓凯
- 食品科学：周志辉教授
- 药剂：黄宏圣药剂师、陈诗欣药剂师

编辑互動 | 脸書：www.facebook.com/easily.sinchew 電郵：sceasily@sinchew.com.my

03-7965 8586（每周一至四六 11AM-5PM） easily.sinchew.com.my

贊助夥伴：光明日報良醫

"問醫"與"問藥"詢問電郵：sceasily@sinchew.com.my，我們會迅速回覆的。

長期吃抗憂鬱劑變性冷感
補充睾酮有否幫助？

我先生（42岁）因为忧郁症服药已经三四年，导致毫无性欲，偶尔（1年可能只有1次）可能会有欲望，却有心无力，请问：

Q1：这样的情况会否导致他一辈子没有性欲？吃睾酮会否有帮助？

Q2：停药后会否恢复性欲？如果停药后会恢复，那请问需要停药多久呢？

Q3：我们一直都想多要一个小孩，请问这些药会不会导致副作用而生出不健康的小孩？

Q4：这些药长期吃会否导致他的健康受损？

他试过在医生允许的情况下戒药，从一开始的4到5种药（我忘记名字了），逐渐减少到现在的两种，现在这两种药如果没吃情绪会烦躁、想很多和情绪低落，所以医生只能维持这两种药，他也不愿意和医生谈他的性欲问题，说不好意思开口。附上他所使用的药物清单。

医生解答：

从你所附上的药物清单，你先生服用的两种药物为米氮平（mirtazapine），都属于常用在抗忧郁症的药物（antidepressant），只是第一种属于选择型血清素再吸取抑制剂（Selective Serotonin Reuptake Inhibitor，SSRI），第二种属于去甲肾上腺素与特异性5-羟色胺抗忧郁药（Noradrenergic and Specific Serotonergic antidepressants，NaSSa）。

抗忧郁症药对性功能方面的影响包括性欲（desire）、性唤起（arousal）、勃起（erectile）、性高潮（orgasm）等障碍，从你的来信得知你的先生应该患有性欲及勃起问题，以下是针对你的提问解答：

A1：在一般情况下，如果性功能障碍是由抗忧郁症药物引起，那在停药后大部分患者都会恢复正常。此外，如果情况轻微，也有少数就算继续服药的情况下也可恢复性功能。

如果有证据显示睾丸素浓度（testosterone level，即男性荷尔蒙的一种）较低，那服用睾酮可能可以增加性功能，建议你与泌尿科医生商量当中的利与弊。

A2：一般情况下停药不久后就会恢复正常，但性功能障碍也包括其他因素，此外从你的来信得知在停止服用药物后，便会面对情绪上的困扰，这肯定也会影响性功能，停药的后果可能会得不偿失。

A3：虽然有研究关于抗忧郁的药对精液质量的影响，但一项于2018年在瑞典进行的研究关于父亲服用抗忧郁药对他后代的影响显示，此类药物一般不会造成婴儿早产、畸形、自闭或智力障碍的后遗症。

A4：一般而言，每一种药物都有作用与副作用，对于是否要用药、要用多少药、要用哪一种药、要用多少分量及要用多久等都没有一个绝对适合全部人的答案。

医生与患者需一起衡量利与弊以决定方案，如果我们只是把焦点放在药物有什么副作用，而忽略了如果不好好治疗此病所带来的后果，反而最终可能会得不偿失。

虽然不同种类的抗忧郁症药可能会影响性欲，但须知忧郁症患者也可能会兼有导致减低性欲的其他因素，如：

1）身体或生理因素

忧郁症患者患上糖尿病、体重问题、心血管疾病等几率也较高，而这些因素也会造成性功能减退。

2）忧郁症本身

如果忧郁症本身没有得到很好的治疗，性欲减退恰恰就是其中一个常见的症状。

一项研究显示，61%未康复忧郁症患者表示有性功能问题，只有21%康复者表示有此问题，此外也有患者通过烟及酒舒缓情绪，这也会直接影响性功能。

3）心理因素

忧郁症而引起的社会压力，或想要孩子的压力，与人际关系问题等也可能间接与性功能减退有关。

因此，你的先生可以进一步检查前述因素是否也同时影响着他的性欲。

虽然性功能问题很常见，可能是受社会及文化等影响，不少患者都不愿意与医生讨论，尤其是女性患者更对此难以启齿，然而实际上更严重和私隐的问题，在医生的诊所里比比皆是，并不需对此感到不好意思。

其实患者有义务告知治疗过程中的问题，而医者也有责任提供意见，双向沟通才能比较有效地解决问题，须知满足的性生活也是定义忧郁症康复的重要一环。

除此之外，你也可以与主治医生商量以下可能可行方案：

1）相对于第一种SSRI的药物，第二种NaSSa的药物对于性的副作用少很多，因此可考虑在分量上做调整，但需视个案的反应。

2）考虑其他对性功能没什么影响的抗忧郁症药，如阿戈美拉汀（agomelatine）或者是安非他酮（bupropion）等，但需考量个人的适合度及换药顾虑。

3）可考虑在有性行为前一两天停服抗忧郁症药，但此方法在实行上不太实际，且也考量突然停药而致的戒断症状（discontinuation syndrome）或复发风险。

4）考虑非药物性的方法，有时候心理因素，如对性表现的压力（如担心伴侣的感受），对性方面的误解也会影响性功能，因此心理治疗可能也有帮助，太太的鼓励与谅解扮演着十分重要的角色。

此外，一些常提到的措施，也往往容易忽略生活习惯，如适量运动、均衡饮食、充足睡眠等对性功能也有很大的帮助。

5）一些治疗勃起功能障碍的药物，如西地那非对勃起有帮助，建议你与你先生咨询泌尿科医生商量当中的利与弊。

杨申兴 医生（精神科）

長期戴口罩爛下巴
如何防疫兼護膚？

我是一名商场的客户服务人员，女性，皮肤属干比较敏感，从学生时期已开始有湿疹的困扰。

因着COVID-19疫情的缘故，也为了避免感染风险，除了遵照指示前往接种COVID-19疫苗之外，每天在值勤时也会戴上双层口罩，即一层外科口罩加一层布口罩，并且也勤洗手，而在新年前夕到新年期间，商场的人潮特别多，因此更加频密洗手及检查口罩是否有散紧等。

不晓得是否因新年期间接触人多，最近我发现脸部尤其是下巴部位出现严重的痘痘，而且有越来越严重的趋势，请问：

Q1：我该怎么护理脸部呢？

Q2：该如何选择保湿霜？

医生解答：

COVID-19全球持续蔓延及爆发群聚感染，以致至今大马的防疫政策仍以4大方式为主，即保持人身距离、戴口罩、勤消毒洗手及接种疫苗，但尽管如此，疫情依然起伏不定。

对于普罗大众而言，在公共场合戴上口罩及勤洗手，仍是绝大多数的人自我保护及寻求自保的方式，可是长时间戴口罩不仅会感觉不舒服，在覆盖脸部的范围也容易引发皮肤敏感、出油、粉刺、黑头、暗疮及接触性唇炎等肌肤问题，其中有湿疹的患者更有可能会诱发湿疹发作。

为了防疫必须戴口罩，可是却面对痘痘危机，或俗称的口罩痘甚至是湿疹发作，该如何是好呢？其实只要在平日多注意皮肤日常护理，就算防疫也能兼顾到美肌，掌握几个要点即可避免戴口罩引发的烂脸后遗症。

A1：要保养脸部，我会推荐以下几个简单步骤，只要有恒心必能把肌肤问题降到最低：

- ◎每次一回到家，摘下口罩须立刻清洗脸部。
- ◎建议选用温和及无香料或色素的洗脸霜
- ◎若发现出油过盛但尚未出现口罩痘，可搭配水杨酸或A酸调理角质。
- ◎假如已经出现红肿发炎的脓包型痘痘时，避免使用去角质产品。
- ◎可选用含有硫化物或二氯苯氧氯酚（triclosan）等杀菌成分产品来降低细菌感染风险
- ◎谨记保养4步骤，即清洁、保湿、控油及防晒。
- ◎出油旺盛的人可以用吸油纸稍微按压
- ◎皮肤干燥可搭配保湿喷雾为肌肤补水
- ◎定时通风降温，比如定时到人少及通风区域脱下口罩稍微透气，建议每2至3小时休息15分钟，让肌肤降温。
- ◎选择合适的口罩，定时清洗布口罩，至于1次性的外科口罩建议常更换。
- ◎戴上口罩尽可能别上妆，若是无法避免宜以轻造的薄妆为主。
- ◎假如肌肤问题有持续恶化，或者痤疮、酒糟鼻或玫瑰痤疮（rosacea）、唇炎或湿疹问题，须早日咨询皮肤科医生进行治疗，遵照医嘱用药。

A2：当一个人戴口罩后，会因闷热而造成肌肤出油量增多，为了不造成肌肤过多负担，在护肤品的选择最好以维持肌肤基础水分及润泽力清爽保湿、补水护肤品，并且成分单纯温和为佳。

当皮肤过于干燥可能导致角化异常，进而可能诱发脸部湿疹及加剧痘痘，当然过度油腻的保养品在此时也不合适，可引发毛囊阻塞，为此我会建议选择使用神经酰胺（ceramide）、玻尿酸（hyaluronic acid）、矽灵（dimethicone）等成分制成的清爽剂型的化妆水及凝胶或轻乳液。

至于在选择保湿膏可参考以下温馨提示：

- ◎油性皮肤（或天气炎热潮湿时）：凝胶（gel）
- ◎中性或混合性皮肤：乳液（lotion）
- ◎干性至极干性皮肤：乳霜（cream）

对于有粉刺或容易长痘痘的人，仍然可以使用凝胶保湿霜，最后衷心地祝福你新春愉快，并且在护肤及抗疫两方面都能同时兼顾。

陈伟璋 医生（皮肤科）

對布洛芬過敏
宜在醫院接種疫苗

我对布洛芬（ibuprofen）这类止痛药有严重过敏，会出现眼睛肿、呼吸困难及心跳慢的症状，请问还可以接种COVID-19疫苗呢？

医生解答：

这是属于对布洛芬严重过敏（anaphylaxis），你可在备有紧急医疗措施的疫苗中心或医院接种，并观察30分钟，记得把过敏史告诉接种中心的医生。至于疫苗类型，任何一款都适合你。

吴奕品 医生（普通科）

温馨提醒：文章与广告内容及产品、服务及个案仅供参考，不能作为看诊依据，须以医生的意见为主。