



龜頭炎

Balanitis (Chinese Traditional)

什麼是龜頭炎

What is it?

龜頭炎是指陰莖龜頭（陰莖頭）發炎。龜頭炎最常見的症狀是出現斑點狀紅疹，並有可能發癢。

為何會發生？

Why does it happen?

皮膚上會有少量的各種細菌。有時候這些細菌繁殖，導致感染。一種被稱為念珠菌的酵母菌是導致感染的常見來源。念珠菌是導致婦女患真菌性陰道炎的同一種細菌。皮膚上常常有少量的念珠菌，有時候會導致感染。持續不斷或反復地發生念珠菌龜頭炎，有時候是患糖尿病的徵兆。

過敏和刺激也會導致龜頭炎，這是因為龜頭的皮膚很敏感，發生“反應”和發炎。刺激來源可包括：

- 沒有清潔包皮的內面，從而積聚皮屑、尿液、汗液和其他“垢物”。
- 使用清潔陰莖的肥皂（或含有肥皂的產品）和消毒液。
- 過度清潔或用力擦洗也可刺激嬌嫩的皮膚。

某些皮膚問題也可導致龜頭炎，或者被誤認為是龜頭炎。例如，牛皮癬和某些不常見的皮膚問題可影響陰莖。

包莖亦可導致龜頭炎，即包皮不能上翻（外翻）露出龜頭的狀況。這種情況常見於年幼的男孩。在五歲之後，包皮通常能容易地上翻，以便輕柔地清潔龜頭。如果有包莖情況，更有可能發生龜頭炎，因為汗液、垢物和尿液會積聚在包皮裏面，直接造成刺激或滋長細菌而導致感染。

治療與預防

Treatment and prevention

若患上龜頭炎，無論是什麼原因所致，都應當：

- 避免在發炎時使用肥皂（或含有肥皂的產品）。可用潤膚霜（潤膚露如 sorbolene）代替肥皂來進行清潔。
- 使用溫水清潔陰莖，洗後輕柔地抹乾。
- 有些人覺得在治療起作用時，泡鹽水浴能緩解不適感。

對龜頭炎的治療要視乎導致發炎的原因而定。以下是通常使用的治療方法：

- 如果是念珠菌導致龜頭炎，可使用抗酵母菌霜或服用一個療程的抗酵母菌藥片。
- 如果是過敏或刺激導致龜頭炎，低濃度的類固醇霜能有效地緩解炎症。有時候，對治療因感染導致的炎症，除了使用抗酵母菌或抗菌素藥物外，還加用類固醇霜。

如果反復地發生龜頭炎和有包莖情況，可接受包皮環切術來去除包皮。若此，您的醫生可轉介您去看專科醫生，進行詳細的討論。

預防

Prevention

可預防發生某些龜頭炎的方法：

- 至少每天一次，在淋浴時外翻包皮，完全地露出龜頭。應只用清水或無皂洗液，如 Sorbolene Cream、Glycerine Cream、Johnsons Baby Bath、QV Wash 或 Hamiltons Wash 輕柔地清洗。這些洗液在藥房和超級市場有售。不要用肥皂。穿上內褲之前，一定要抹乾陰莖和龜頭。
- 如果工作時需要接觸化學物品，應先洗手才上廁所，以免化學物品刺激嬌嫩的皮膚。
- 在排尿時上翻包皮，這樣尿液便不會沾到包皮內面；排尿之後，抹乾陰莖頭後才把包皮退下來。
- 如果經常在性交後發生龜頭炎，應在性交後立即清洗並抹乾。
- 如果做足了包皮的衛生後仍反復發生龜頭炎，或難以上翻包皮，就需要看醫生。