

Oratane 膚康美 治療手冊

痤瘡治療計劃

Oratane[®]
isotretinoin

本資料是非常重要的並應仔細閱讀和了解

目 錄

- 第一章 [膚康美]Oratane 簡介
- 第二章 如何使用[膚康美]Oratane
- 第三章 避孕
- 第四章 副作用
- 第五章 皮膚護理
- 第六章 生活方式的改變
- 第七章 更多有關痤瘡的知識
- 第八章 消費者藥物資料

Oratane 膚康美 簡介

[膚康美]

Oratane

簡介

什麼人會患上痤瘡(俗稱粉刺,暗瘡,青春痘)?

痤瘡是很普通的，大多數人在青少年時期都會受過痤瘡的影響。大約 **80%** 的人都曾患上痤瘡，而其中 **5%** 的人則患有非常嚴重的痤瘡。

痤瘡的成因並不是由吃油膩的食物，巧克力或皮膚污垢而引起的。其實痤瘡是一種皮膚病，並應以一種疾病來進行治療。

什麼是[膚康美]Oratane?

[膚康美]Oratane 膠囊中含有一種叫 **isotretinoin** 的藥物。**Isotretinoin** 經常用於治療痤瘡，可視為一種和維生素 A 相似的物質，但其功效則非常不同。

[膚康美]Oratane 是通過減少皮膚中皮脂腺所分泌的油性物質而發揮其功效，這可減少皮膚上的細菌數量，而這些細菌正是引起痤瘡膿疱和炎症的罪魁禍手。因此[膚康美]Oratane 可以抑制皮膚的毛囊發炎。

為什麼醫生要處方[膚康美]Oratane 給我服用?

因為其它治療痤瘡的方法並未達到理想的療效，所以你的皮膚科醫生給你處方服用 [膚康美]Oratane 。

先前醫生並沒有處方給你服用 [膚康美]Oratane, 是因為你的醫生考慮到嘗試其他的治療會可能對你的痤瘡有作用, 如痤瘡膏和口服抗生素。

為確保你的肌膚能得到最理想的照顧，在服用 [膚康美]Oratane 期間, 你一定要非常小心地遵照醫生所有的指示，並要遵循本手冊中所提出的建議。

[膚康美]

Oratane

簡介



服用 Isotretinoin 之前



服用 Isotretinoin 期間



服用 Isotretinoin 之後

何時可以停止服用 [膚康美] Oratane?

[膚康美]Oratane 的治療療程是因人而定，所以皮膚科醫生會根據你的情況而告訴你需服用多久。在大多數病例中，治療需持續約 20 個星期，但也可能會長達六個月或更長的時間。因此你必須小心地遵照醫生的指示服用。

在一個療程結束時，超過 80% 的病例中 [膚康美]Oratane 將可完全地消除你的痤瘡。但 [膚康美]Oratane 可能在停止治療後仍然繼續發揮其作用。你需要按照皮膚科醫生的指示服用 [膚康美]Oratane，如果你提前停止服用，你可能得不到 [膚康美]Oratane 的最佳效果。

如果你的痤瘡並沒有完全治癒，你的皮膚科醫生可能會考慮你需要進行第二次 [膚康美]Oratane 療程。

是否有任何副作用?

與所有藥物一樣，[膚康美]Oratane 也有副作用。副作用包括部分身體部位會出現乾燥，可能會感到疲倦或骨骼和肌肉疼痛。欲知有關詳情，請參閱本手冊中 " 副作用 " 一章。

[膚康美]Oratane 可能引致畸胎

孕婦或有意在治療期間或治療結束後之一個月懷孕的女性都不能服用 [膚康美]Oratane。

在你開始 [膚康美]Oratane 治療之前，一定要檢查清楚是否有懷孕的可能性。在開始服用 [膚康美]Oratane 之前一個月，在整個 [膚康美]Oratane 的治療過程中及在停止服用 [膚康美]Oratane 後之一個月內，一定要採取嚴格的避孕措施。

在停止使用 [膚康美]Oratane 一個月後才可安全地懷孕。

欲知有關 [膚康美]Oratane 和它可能引致畸胎之詳情，請參閱本手冊中 " 避孕 " 的一章。

[膚康美]

Oratane

簡介

什麼人可以服用[膚康美]Oratane?

幾乎所有痤瘡病患者,不分性別或年齡,都適合服用[膚康美]Oratane。而禁用[膚康美]Oratane的人包括:孕婦或授乳期的婦女,以及患有某些疾病的人。如果你患有其它疾病或正在服用其它藥物,請告知你的皮膚科醫生。

實驗室化驗

你可能會被要求做一些血液化驗。目的是要監察你的肝功能及血脂水平,並且還可以確定你並沒有懷孕。在進行血液化驗前,請遵照你的醫生的指示。

如何使用

[膚康美]Oratane

如何使用[膚康美]

Oratane

我應該如何服用[膚康美]Oratane?

一定要按照你的皮膚科醫生的指示服用[膚康美]Oratane,這一點是非常重要的。這指示將可幫助並確保你服用正確[膚康美]Oratane的劑量。你的皮膚科醫生會考慮你的痤瘡嚴重程度及體重,從而決定你應服用的正確劑量。

不要忘記服用任何你的[膚康美]Oratane 膠囊,或服用過量[膚康美]Oratane 膠囊,這兩者都相當重要的。如果你忘記在所規定的時間服藥,不要在第二天服用兩粒來作補償,而應該等下一次服用時照平常服食量一樣服用你的[膚康美]Oratane,之後繼續按常規服用你的[膚康美]Oratane。

每日服多少粒膠囊

你每日的[膚康美]Oratane 劑量是多少?

星期	每日服多少粒膠囊	每日劑量
1-2	___ x ___ 毫克膠囊 / 每天	_____ 毫克
3-4	___ x ___ 毫克膠囊 / 每天	_____ 毫克
5 或以後	___ x ___ 毫克膠囊 / 每天	_____ 毫克

如果你需要查核一下你的劑量,可以參閱以上資料。

你的皮膚科醫生給你處方[膚康美]Oratane的劑量,是有其特定的原因。所以非常重要的一點是不要改變你正在服用[膚康美]Oratane的劑量,如果你認為目前的劑量太強或太弱,請告知你的皮膚科醫生。你的皮膚科醫生可能會根據你身體對治療的反應而對你服用的劑量作出適量的調整。只有你的皮膚科醫生才可以更改你服用[膚康美]Oratane 的劑量。

你應繼續服用你的[膚康美]Oratane 直至你的皮膚科醫生停止你服用此藥為止。

如何使用[膚康美] Oratane



服用 Isotretinoin 之前



服用 Isotretinoin 期間



服用 Isotretinoin 之後

服用[膚康美]Oratane 期間,必須要注意那些事項?

在服用[膚康美]Oratane 期間,你必須:

- * 在進餐時服用[膚康美]Oratane 膠囊
- * 切勿咀嚼或吸吮膠囊
- * 用水或其它非酒精飲料來送服整粒膠囊
- * 每次要在指定時間服用[膚康美]Oratane
- * 遵循你的皮膚科醫生的指示

如能依足以上的指示, [膚康美]Oratane 會發揮到更佳的效果。

服用[膚康美]Oratane 後,症狀會有什麼變化?

當你開始服用[膚康美]Oratane 時,你可能會發現你的痤瘡有惡化的跡象。這並不表示藥物沒有發揮其作用。如果發生這種情況,不要失望,要繼續按照醫生的處方服用你的[膚康美]Oratane。痤瘡惡化的情況通常會在數星期內停止,然後你的痤瘡就會開始痊癒。若你對此有任何疑問或擔憂,請聯絡你的皮膚科醫生。在你開始服用[膚康美]Oratane 的首四星期之內,你會注意到你的皮膚變得比以前乾燥許多。這是因為[膚康美]Oratane 開始通過減少皮膚產生的油脂而發揮其作用。你還可能會發現你需要洗髮的次數也比平常減少。你的痤瘡應在療程的第二個月開始出現好轉的跡象。在你的[膚康美]Oratane 治療過程中,你的痤瘡會逐漸地有所改善。

當我停止使用[膚康美]Oratane 時

當你的療程結束時,如還有剩餘的[膚康美]Oratane,請遵照醫生的指示,將剩餘的[膚康美]Oratane 作出適當的處理。

如何使用「膚康美」 Oratane

請千萬不要將你的「膚康美」Oratane 給其他痤瘡患者使用。

「膚康美」Oratane 是一種只能由醫生處方才可購買的藥物，是不能在普通的藥房購買。

「膚康美」Oratane 只能在皮膚科醫生的指導下才可服用。

在「膚康美」Oratane 治療結束之際，你的痤瘡基本上已經痊癒。但在「膚康美」Oratane 治療結束後的一至兩個月內，你的皮膚仍繼續會有所改善。而與「膚康美」Oratane 治療有關的副作用也會隨著治療的結束而開始消失。

避孕

避孕

非常重要的!

若閣下是女性,請務必閱讀並了解本章的內容!

為什麼我一定要防止懷孕?

即使你沒有活躍的性生活,你亦需要了解到若在服用[膚康美]Oratane 期間懷孕, [膚康美]Oratane 會對未出世的嬰兒有一定的影響。

[膚康美]Oratane 中所含的藥物 isotretinoin 是能導致畸胎的。這表示它能導致胎兒變成畸形。

只有你在懷孕期間服用 [膚康美]Oratane,在服用 [膚康美]Oratane 期間懷孕或在停止服用 [膚康美]Oratane 後一個月內懷孕,才可能引發由 [膚康美]Oratane 所導致的胎兒畸形。

在開始服用 [膚康美]Oratane 之前,你的皮膚科醫生可能會給你做一個懷孕的測試,以確保你沒有懷孕。若你在服用 [膚康美]Oratane 期間或停止 [膚康美]Oratane 治療後一個月內懷孕,這是非常嚴重的情況,你應立刻與你的皮膚科醫生商談並採取適當的措施。

基於這個原因,採用嚴格的避孕措施是非常重要的。

那些人需要特別小心?

任何有機會懷孕的女性都應特別小心! 這表示任何有月經週期之女性都應採用嚴格的避孕措施。

因此,在開始服用 [膚康美]Oratane 前,你可能被要求做一次懷孕測試以確定你沒有懷孕。

避孕

在開始你的[膚康美]Oratane 治療前至少一個月，在整個治療過程中及停止服用[膚康美]Oratane 後至少一個月，你都必須採用嚴格的避孕措施。

你應等到下一個正常月經週期的第二天或第三天才開始服用[膚康美]Oratane。這樣可更加證實及確保你並沒有懷孕。

若在服用[膚康美]Oratane 期間懷孕,你應該立即停止服用[膚康美]Oratane,並立即通知你的皮膚科醫生。

[膚康美]Oratane是不會影響你長期的生育能力。所以在服用[膚康美]Oratane後,將來仍然能夠懷孕。

誰應該負責以確保我不會懷孕?

你自己!唯一能確保在服用[膚康美]Oratane 期間不會懷孕的人只有你自己。防止懷孕是相當容易的。本章推薦的幾種嚴格避孕方法會在後面有詳細的解釋。

在你開始服用[膚康美]Oratane 前,你的皮膚科醫生會跟你解釋[膚康美]Oratane 對懷孕可造成的危險性。你的皮膚科醫生可能會要求你簽署一份同意書。簽署這份同意書表示你已了解有關的危險,並同意會做足一切避孕措施以確保在服用[膚康美]Oratane 或在停止服用[膚康美]Oratane 後一個月內不會懷孕。

什麼是嚴格的避孕措施?

嚴格的避孕措施,是指小心地遵循程序以確保你不會懷孕。最有效的避孕形式是服食口服避孕藥加隔離法(安全套或子宮避孕隔膜)。在你採用這些避孕方法時應小心按照所有的指示。

你的醫生或家庭計劃指導會可提供更多有關避孕方法和避孕藥的詳細資料及建議。

避孕

什麼時候可以不必再如此小心？

在停止服用[膚康美]Oratane 一個月後,[膚康美]Oratane 便不會對胎兒有任何不利的影響。

若閣下想懷孕,在停止服用[膚康美]Oratane 一個月之後你就可以懷孕了。

我可以從哪些渠道獲得更多幫助和資料？

欲知有關避孕的詳情或家庭計劃指導會的地址,請聯絡香港家庭計劃指導會。

副作用

副作用

為什麼[膚康美]Oratane 有副作用?

所有藥物都會有副作用。[膚康美]Oratane 的副作用則與[膚康美]Oratane 實際發揮的功效有關連。如果有副作用的出現，則表示[膚康美]Oratane 正在發揮其功效，你的痤瘡不久便會得到改善。[膚康美]Oratane 副作用的嚴重程度從輕微至嚴重不等，大部分的副作用都可以受到控制。

什麼人服用後會有副作用?

每個服用[膚康美]Oratane 的人都會有一些副作用。從樂觀的角度而言，副作用其實是告訴你[膚康美]Oratane 正在發揮作用的最好方法，若閣下能採取適當的皮膚護理方法，它的副作用是可以受到控制的。關於如何控制服用[膚康美]Oratane 所產生的副作用之建議，請參閱本手冊的 " 皮膚護理 " 一章。

副作用的嚴重程度是因人而異。大部份最常見的副作用都並不是非常嚴重的。重要的是你需要知道服用[膚康美]Oratane 時可能會出現某些副作用。同時你也要記住，本章中所提及的所有副作用並不會全部都發生在你身上，可能只有一種或兩種輕微的副作用才會出現在你身上。若在服用[膚康美]Oratane 期間出現副作用，它們會隨著時間而消失。

常見的副作用有哪些?

在你的痤瘡開始改善前，你可能已受到一些副作用的困擾。這就是告訴你，[膚康美]Oratane 正在發揮其功效，痤瘡亦會隨著時間而逐漸有所改善。

當你開始服用[膚康美]Oratane 時，你可能發現痤瘡的症狀反而會惡化。這並不表示[膚康美]Oratane 沒有發揮其功效，你需要繼續按照皮膚科醫生處方給你的劑量服用[膚康美]Oratane 。在七至十天內，你的痤瘡就會停止惡化及開始有所改善。

皮膚乾燥是[膚康美]Oratane 最常見的副作用。由於[膚康美]Oratane 是通過減

副作用

少皮脂腺的分泌物而發揮其功效,所以你會發現你的皮膚會變得更乾燥並且更易受損。你也可能發現你的嘴唇也變得乾燥和乾裂。你的面部看起來可能比平常紅而皮膚也可能開始脫皮。因此,在[膚康美]Oratane 的療程期間,皮膚的護理是非常重要的。在本手冊中"皮膚護理"一章的指導可幫助你控制這些副作用。

一種不太常見的副作用是鼻腔乾燥及眼睛出現乾澀。鼻子出現乾燥是會很不舒服,並可能導致鼻孔流血。有關防止和控制乾燥的方法會在本手冊內“皮膚護理”一章有詳盡的解釋。眼睛乾澀則會給配戴隱形眼鏡或在空調環境下工作的人帶來不便。你可能會發現需要使用眼藥水以保持你的眼睛濕潤。你亦可能發現配戴隱形眼鏡的時間不能像服用[膚康美]Oratane 前那麼長久。

在服用[膚康美]Oratane期間,你將會發現你的皮膚對陽光更加敏感。你可能要採取額外的護理措施以防止曬傷。你應該每天塗上太陽油和配戴太陽眼鏡,並且避免長時間停留在陽光之下。

其它副作用有哪些?

大部分痤瘡患者都不會出現本章所提及的副作用,因為這些副作用並不是很普遍的。

有些人服用[膚康美]Oratane 會引致關節和肌肉變得容易受損及僵硬。如果你服用[膚康美]Oratane期間,你打算做大量的劇烈運動,這可能會是一個問題。因此最好與你的皮膚科醫生商談一下。

其它嚴重但很少出現的副作用包括:皮膚受到感染(特別是手指甲和腳趾甲的周圍),手掌和足底部脫皮,牙齦出血和發炎,頭痛,視線模糊,頭暈,體重減輕,腹瀉和月經週期失常。亦可能出現的是頭髮變得稀疏,而這種情況通常是發生在男性身上。如果你在服食此藥後感到心情不愉快或抑鬱,請立即告知你的皮膚科醫生。

但是重要的一點是 [膚康美]Oratane 治療所帶來的副作用是可回復正常的。停止服用 [膚康美]Oratane 之後不久,這些症狀也很快會隨之而消失。

唯一不能回復正常的副作用是在服用 [膚康美]Oratane 期間懷孕所導致的胎兒畸形。有關服用 [膚康美]Oratane 期間如何和為什麼一定要避孕的詳細資料,請參閱本手冊 " 避孕 " 的一章。

哪些重要的情況之下要告知我的皮膚科醫生?

若有以下任何一項事情發生,請你立即通知你的皮膚科醫生。

* 如果你不能忍受服用 [膚康美]Oratane 所帶來的副作用,請告知你的皮膚科醫生。你所服用的劑量可能有調整的需要。

* 如果出現了與本章 " 其它副作用有哪些? " 中所提及的任何一種嚴重而不常見的副作用。

* 如果你覺得心情不愉快或抑鬱。

什麼時候副作用會消失?

當 [膚康美]Oratane 療程結束後,副作用就會隨之而消失。因為副作用是由 [膚康美]Oratane 所引起的,所以停止服用 [膚康美]Oratane 後,其副作用也會隨之而消失。

我從哪些渠道可以得到更多幫助和資料?

如你對已出現或服用 [膚康美]Oratane 後所出現的副作用有任何疑問,請向你的皮膚科醫生諮詢。

有關痤瘡的詳細資料可參閱本手冊內的 " 更多有關痤瘡的知識 " 一章。

若需要更詳盡的資料,請瀏覽我們的網頁 www.Oratane.com 或皮膚科醫生網頁 www.dermnet.org.nz。

皮膚護理

皮膚護理

為什麼我需要特別護理皮膚？

在服用[膚康美]Oratane 期間,你需要對你的皮膚進行一些額外的護理,因為[膚康美]Oratane 能使皮膚變得更乾燥及容易受損。本章的資料將有助你適當地護理你的皮膚,並控制[膚康美]Oratane 所帶來的副作用。由於預防勝於治療,最明智的做法是在任何與[膚康美]Oratane 有關的副作用還未出現之前,就需要遵循本章所提供的皮膚護理建議。

服用[膚康美]Oratane 期間禁止做哪些事情？

為了令你的皮膚保持良好狀態,請遵循以下所列出的事項：

- * 不要用手擠壓痤瘡膿頭。這樣會使膿頭更嚴重及可能會傷及到皮膚,引致皮膚受到感染。
- * 不要用手剝將要脫落的皮膚。因為皮膚容易受損傷,從而導致皮膚受感染。
- * 不要做面部護理。由於皮膚容易受損傷,在做護理過程中可能造成對皮膚的損害。
- * 不要使用脫毛蠟。由於在使用脫毛蠟時,毛髮和皮膚也同時被拉走,所以皮膚會容易受傷。
- * 不要同時使用其它痤瘡藥物。[膚康美]Oratane 是一種很強的藥物,請勿使用其它藥物,除非你的皮膚科醫生特別建議你使用。
- * 不要在身體任何部位穿孔。在服用[膚康美]Oratane 期間穿孔,極可引起皮膚受到細菌的感染。
- * 不要用电解法處理皮膚。由於皮膚變得容易受損,電解可能會損傷你的皮膚。

皮膚護理



Oratane 膠囊



QV 清洗用品



面部清洗和清潔用品



QV 清洗和沐浴油

* 不要使用含過氧化氫的染髮劑，不要燙髮或使用髮卷。如果你想燙髮，最好在開始服用[膚康美]Oratane 最少兩星期之前。在服用[膚康美]Oratane 期間，你的頭皮會比較容易敏感，頭髮也更易折斷，因此最重要是避免使用刺激頭髮的方法，例如染髮和燙髮。

* 不要使用日光浴床或太陽床，他們會像太陽一樣損害你的皮膚。在服用[膚康美]Oratane 期間，你的皮膚會對太陽特別敏感，所以日光浴床和太陽床也會刺激你敏感的皮膚。

* 不要使用過熱的水淋浴，因為過熱的水會刺激你的皮膚。

如何減輕副作用？

[膚康美]Oratane 最常見的副作用就是乾燥。而乾燥是相當容易治療的。如果你注意到皮膚出現不正常或任何令你擔憂的症狀，請諮詢你的皮膚科醫生。最好你能將你注意到的症狀或你想諮詢皮膚科醫生的問題寫下來，本手冊最後的一章“摘要”，就是記錄這些問題的最佳地方。

使用哪些產品可舒緩我的副作用？

皮膚乾燥

皮膚乾燥是[膚康美]Oratane 治療最常見的副作用。你可預料到你全身的皮膚會變得乾燥。

為了保護你的皮膚，不要使用過熱的水淋浴，而且淋浴時間不應超過二分鐘。

潔面劑

這些潔面劑是特別為面部而設計的。你只能使用專為敏感皮膚而設的潔面劑。



面部和身體保濕劑



QV 皮膚乳液



身體保濕劑



鼻腔乾燥

身體清潔劑

一般的身體清潔劑是不可用於面部,除非它們也被包括在潔面劑的類別之中。如你嘗試避免使用肥皂而使用溫和的清潔劑,會對你的肌膚更好。

面部潤膚露

定期在面部搽上潤膚露可以將[膚康美]Oratane 治療期間明顯的乾燥皮膚受到控制。適合敏感和痤瘡皮膚使用的是不含油性成份的潤膚露,你應避免使用油膩性的潤膚露。

身體潤膚露

一般的身體潤膚露是不可用於面部的,除非它們是列入面部潤膚露的類別之中。要保持皮膚的良好狀態,即使你的皮膚並不乾燥,也應該全身搽上滋潤的乳液,因為預防總是勝於治療的。對於皮膚太乾的部分,你應該使用潤膚霜,而不是乳液。

嘴唇乾燥

[膚康美]Oratane會為服用者帶來乾燥的嘴唇,所以我們應好好地護理它。只需定時搽上潤唇膏就可以解決嘴唇乾燥的問題了。每隔一至兩個小時就搽一次潤唇膏可以防止嘴唇變乾和乾裂。你亦需注意嘴角的部位,這個地方很容易乾裂。選用含有防曬成份的潤唇膏是最佳的選擇。你應該在日間亦隨身攜帶一支潤唇膏。如果你的唇部乾裂得很厲害或開始出血,就應看你的醫生。

鼻腔乾燥

服用[膚康美]Oratane期間,鼻腔也可能變得乾燥。如果情況嚴重,可能會導致流鼻血。為保持鼻腔濕潤,你可每天使用棉花棒將少量的凡士林搽入鼻腔數次。

如果你經常流鼻血或流鼻血不止的,你應該看你的家庭醫生或皮膚科醫生。嚴重的鼻出血可能需要處方的藥物才可醫治。

皮膚護理



眼睛乾燥



防曬護理



Sebizole



肛門或陰道乾燥

眼睛乾澀

如果你的眼睛感到乾澀或發痛，你便需要使用眼藥水以保持濕潤。配戴隱形眼鏡或在空調環境中工作的人特別容易產生眼睛乾澀。所以，如果你是配戴隱形眼鏡者，你可能會發現配戴隱形眼鏡的時間比服用 [膚康美] Oratane 前短。如果你配戴隱形眼鏡而出現眼睛乾澀，你可以試用 Artificial Tears Eye Drops 人造眼淚眼水。

防曬護理

[膚康美] Oratane 會令你的皮膚對太陽更加敏感。你一定要確保皮膚得到最好的保護。即使你搽了防曬霜，你也不應在陽光下曝曬或使用日光浴床。最好的辦法是盡可能將皮膚遮蓋得越多越好，戴有邊的帽子並搽上防曬霜，你應選用防曬指數 30+ 的防曬霜。最好的防曬霜是不含油性和酒精成份的。

乾性頭髮和頭皮屑

如果你發現你的頭皮和頭髮比平常乾燥，你可能需要使用專為乾性髮質而配制的溫和洗髮水。你應使用護髮素來保護你的頭髮和頭皮。你應盡量避免使用染髮劑，特別是含有過氧化氫的染髮劑，因為他們可能會刺激你的頭皮，令你的頭髮和頭皮更加乾燥。

如果你有頭皮的問題，應使用含有藥物成份的去頭皮洗髮水。

乾性髮質及有頭皮者可試用 Sebizole Shampoo (紐西蘭 [絲必爽] 去頭皮藥性洗髮水)。

陰道乾燥

你可能會發現你的陰道變得乾燥，這可能引起性交疼痛。你可使用陰道潤滑劑去解決陰道乾燥的問題。

肛門乾燥

你的肛門周圍也可能會變得乾燥和感到不適。每日塗抹數次凡士林可解決或緩解此症狀。

皮膚護理



化妝品



護唇油

化妝品

化妝品可能令你的痤瘡惡化,但如果你小心選用你的化妝品,你仍然可以化妝。

粉底

你應該使用不含油性成份的粉底霜,最好是選用含有防曬成份的粉底霜

蜜粉

在服用[膚康美]Oratane 期間,大部分的蜜粉都適合使用。

遮蓋粉條

你應使用含藥性成份的粉條。

唇膏

在服用[膚康美]Oratane 期間,任何含滋潤成份的唇膏都適合使用。含有防曬成份的唇膏是最佳的選擇。而且最好在塗唇膏之前先塗上一層潤唇膏,因為這樣你的嘴唇可獲得更好的保護。

潤唇膏

含有防曬成份的潤唇膏是最佳的選擇。而日間你應隨身攜帶一支潤唇膏。

胭脂

在服用[膚康美]Oratane 期間,你只能使用粉狀胭脂。

生活方式 的改變

生活方式 的改變



isotretinoin 之前



isotretinoin 之後

短短的時間,小小的改變!

服用[膚康美]Oratane期間,你可以照常做大部分你平常做的事情,除非你的皮膚科醫生告訴你或本手冊建議你不能這樣做。但是你的生活方式可能需要做出一些小小的改變,以使你更容易應付藥物對你所帶來的影響。你必須吃適當的食物及小心地護理你的肌膚。重要的一點是要閱讀和了解所有可能出現的副作用,但記住並不是所有的副作用都會出現在你身上。

當你完成整個[膚康美]Oratane療程,你的生活又可以恢復如常,唯一不同的是痤瘡不見了!

服用[膚康美]Oratane 時應注意的事項

服用[膚康美]Oratane 期間,還有其它幾點重要的事情需要小心及注意:

- * 一定要搽防曬霜,最好是防曬指數 SPF 30+ 的防曬霜
- * 不要飲大量含酒精成份的飲品
- * 不要捐血,需要等到停止服用[膚康美]Oratane 後最少四個星期才可捐血
- * 不要服用維生素 A 營養補充品(請檢查你正服用的綜合維生素)

其它重要的要點

服用[膚康美]Oratane 期間,不可服用任何四環素。四環素是抗生素的一種,你可能曾經服用該藥物來治療痤瘡。

如果你需要進行大量體能訓練或運動,[膚康美]Oratane 可能會對你有影響的。服用[膚康美]Oratane 期間,進行身體接觸類的運動,你應特別小心。如果你為了訓練在即將舉行的比賽或參加季節性運動,最好推遲你的[膚康美]Oratane 治療直至到一個更方便的時間來進行。另外服用[膚康美]Oratane 期間,要避免使用刺激皮膚的乳霜或凝膠,如運動凝膠和關節炎霜。

更多有關 痤瘡的知識

更多有關 痤瘡的知識

痤瘡是一種常見的皮膚症狀。痤瘡是由黑頭,白頭,紅點及更深層的節狀點組成,這些有時候出現的節狀點稱做結或囊腫。大部分人在其青少年時期都容易患上痤瘡。無論怎樣,有時候痤瘡問題會一直延續到其成年以後。

痤瘡發生在皮膚分泌油脂的腺體上。這些腺體被稱為皮脂腺。皮脂腺所分泌的油性物質被稱為皮脂。皮脂腺大量地分佈在面上,胸部,背脊的上半部和肩部。皮脂腺則與長在毛孔中的毛髮相連。

在正常的情况下,皮脂是通過毛孔排到皮膚表面。當皮脂通過毛孔排泄出來的時候,毛孔周圍的死皮細胞也同時被除去。

當皮脂分泌過多時,痤瘡就會出現。過多的皮脂與毛孔周圍的死皮混合在一起形成了一個"塞子"。這個塞子將毛孔閉塞,導致分泌出來的皮脂和死皮都無法從毛孔中排出來,累積起來就形成了膿疱。

什麼能引起痤瘡?

引起痤瘡的真正原因直至現在仍不知曉。但痤瘡不是因為皮膚污垢而引起的,亦不是僅限於青少年的問題。

目前還沒有醫學證據可以証實食物能導致痤瘡,甚至也不是吃巧克力或喝可樂。按照某種食譜進食並不能自行清除痤瘡。另一方面,有些人發現當他們吃某些食物,如巧克力,煎炸食品和辣椒時,他們的痤瘡好像會惡化。如果你屬於這類情況,你就應該避免吃那些看來使你的痤瘡惡化的食物。

關於引起痤瘡的另一個說法是,當青春期開始時,易患痤瘡的人對身體變化的反應是分泌過多油脂。過多的油脂導致"塞子"的形成,閉塞了毛孔,最終形成了膿疱。當這種情況同時在幾個地方發生時,就形成了痤瘡。

精神壓力,疲勞和化妝品都可以令痤瘡惡化。

更多有關 痤瘡的知識

大多數的痤瘡都是在青春期開始之時首次出現，這時荷爾蒙(被稱為雄性激素)的分泌增加。皮脂腺的分泌亦變得更加旺盛。許多人到了成年期時,痤瘡會自行消失，因為皮脂腺漸漸穩定形成正常活動周期。但有些人的痤瘡永遠也不能隨著年齡的增長而消失，他們可能一生都受其困擾。

有時候女性的痤瘡往往在月經週期後出現。

遺傳也是決定你是否會患痤瘡的一個因素。如果父母一方或雙方都曾患過痤瘡,那麼你也有患痤瘡的機會。

外來的因素也會影響痤瘡，可能引致痤瘡，或令現有的痤瘡惡化。油脂和油性或使用某些化妝品和護髮用品能引起或刺激痤瘡。除了有刺激性外，這些東西還像皮脂般堵塞毛孔。

如果你發現痤瘡出現在髮邊的周圍,額頭和你的耳朵前面，那麼你的護髮用品可能就是罪魁禍手。例如，你所用的洗髮水，髮膠或噴霧護髮品可能堵塞毛孔。另外一個可能受到外來因素影響的部位是下顎邊緣。這個部位生痤瘡可能是長時間將頭放在手上或長時間將電話夾在肩膀與下顎之間所造成的。

儘管痤瘡不是由皮膚的污垢所造成的，但保持面部清潔是有助不少的。每天輕輕清洗面部兩次則可幫助減少皮膚上普通的細菌數量，和減少皮膚上其它物質的數量，這些物質的作用就如皮脂一樣能造成毛孔閉塞。達成這個清洗過程是透過每日洗面兩次，並使用溫水(不是熱水)和溫和性抗細菌的或普通浴室的香皂。你的手指實際上是最好的洗面巾，但動作一定要輕柔。用力洗擦會刺激已存在的膿疱和令炎症惡化，並且還可能造成囊腫。

更多有關 痤瘡的知識

痤瘡的種類

本章會提及有關痤瘡種類的一些專業資料，對於任何人想了解更多痤瘡的知識是極為有用。欲查詢更詳細的資料，你亦可瀏覽我們的網頁 www.oratane.com 或皮膚科醫生網頁 www.dermnet.org.nz。

膿疱的專業名詞是 "粉刺"

"閉合粉刺"是指毛孔 的物質還沒有排出皮膚,並受到細菌的感染。這種細菌被稱為被初油酸桿菌,這些細菌通常都可在皮膚上發現。毛孔受到細菌感染的結果就是發炎。

黑頭是一種開放式膿疱。毛孔已擴大或張大,並閉塞在 面的皮脂和皮膚細胞可以排出毛孔外,而且膿疱中的一種物質叫黑色素,暴露於空氣中會變成黑色。

當毛孔開口仍然閉合時,同時細菌也在繁殖因而形成了膿疱或白頭,這是一種閉合粉刺。

囊腫痤瘡是粉刺類別中最嚴重的一種。是膿疱中的物質從毛孔中排出時形成的。當身體的免疫系統派出殺菌的白血球到這個部位時,會出現紅腫和疼痛。囊腫痤瘡可能會留下疤痕。這種痤瘡需由醫生來處理。皮膚科醫生會處理這種痤瘡以致減少發炎,並盡力降低留下疤痕的可能性。

囊腫痤瘡可能會自行出現,有時候它的形成也是擠壓現有膿疱的結果。擠壓膿勻的壓力可以引致膿勻中的物質從皮下的毛孔中排出,從而形成了囊腫。

消費者藥 物資料

 Oratane®
isotretinoin

消費者藥 物資料

本手冊包括什麼內容?

本產品資料只作提供給患者如何使用[膚康美]Oratane的用途。你的醫生和藥師會提供更詳盡和完整的本產品資料。

如果你在服用藥物之前，當中或之後有任何疑問或困難，請必須告知你的醫生。

什麼是[膚康美]Oratane?

10毫克和20毫克[膚康美]Oratane膠囊的有效成份是 isotretinoin，是一種與維生素 A 類似的物質。

10毫克和20毫克[膚康美]Oratane膠囊的其它成份為：氫化大豆油，DL- α -生育酚(維生素E)，disodium edetate，經丁化作用的羥基茴香醚，(部分)氫化大豆油，黃色蜂蠟和氫化植物油。膠囊層含明膠，甘油，70%山梨醇溶液(非結晶質)，猩紅色 4R CI16255 和二氧化鈦。10毫克膠囊層，還含有氧化鐵黑色 CI77499 而 20毫克膠囊層含深紅靛青色 CI73015。

10毫克的[膚康美]Oratane膠囊是一種柔軟，橢圓形，不透明的紫色膠囊，內含黃/橙色液體。

20毫克的[膚康美]Oratane膠囊是一種柔軟，橢圓形，不透明褐色，內含黃/橙色液體。

[膚康美]Oratane有什麼用途?

[膚康美]Oratane膠囊用於治療嚴重的腫囊痤瘡。它通過減少皮膚皮脂腺所分泌的油性物質而發揮其功效。

什麼時候一定不能服用[膚康美]Oratane?

[膚康美]Oratane能導致胎兒畸形，孕婦及計劃懷孕的女性千萬不能服用。所以如果你正懷孕，或認為自己懷孕了，又或者計劃懷孕，請務必告知你的醫生。在開始服用[膚康美]Oratane之前一定要確定你沒有懷孕，這一點是相當重要的。這就是說，在開始服用[膚康美]Oratane前至少一個月，在整個服藥期間及停藥至少一個月內，你都要使用嚴格的避孕措施。

你應等到你下次月經開始的第二天或第三天才開始服用[膚康美]Oratane。如果你發現自己在服用[膚康美]Oratane期間懷孕，請立即停止服用此藥，並告知你的醫生。

*服用[膚康美]Oratane期間不能授乳。如果你對[膚康美]Oratane的影響有任何疑問或問題，請向你的醫生查詢

*如果你知道自己對[膚康美]Oratane所含的任何成份有過敏反應，請勿服用

*服用[膚康美]Oratane期間不得服用四環素

*如果你有嚴重的肝，腎疾患或維生素A水平太高，請與你的醫生商談
服用[膚康美]Oratane期間，哪些時候需特別小心?

確保你的醫生知道，如果你有：

*糖尿病

*血脂水平過高

*肝臟疾病

*其它疾病

*有任何過敏反應

*準備做大量劇烈運動

*正在服用其它藥物(包括那些不是由你的醫生處方的藥物)

這一點極之重要，因為同時服用一種以上藥物會增強或減弱藥物的功效。

因此不能與其它藥物一起服用，或使用其他痤瘡治療霜或膏，除非你已經告知並獲得醫生的批准。

服用[膚康美]Oratane時，你應避免服用含有超過2500IU維生素A的維生素補品。如果你不能確定清楚，請向你的醫生或藥劑師查詢。

當你服用[膚康美]Oratane期間，你的皮膚對太陽會更加敏感(你會被太陽灼傷的機會更高)。服用[膚康美]Oratane期間，要避免過份曝露在太陽光下，一定要使用防曬霜。

停止治療一個月後方可捐血。

如果服用[膚康美]Oratane期間你出現如頭痛，噁心，嘔吐或視覺困難等副作用，立即停止服用[膚康美]Oratane，並盡快看你的醫生。

通常你的駕車或操作機器能力不會受到[膚康美]Oratane的影響。但是可能會出現夜間視線不清或其它視覺問題。所以在駕車或操作機器之前，一定要確定[膚康美]Oratane對你是沒有這方面的影響。

懷孕或授乳期間可以服用[膚康美]Oratane嗎?

懷孕或授乳期間絕對不可以服用[膚康美]Oratane。如果你懷了孕，或你認為自己懷孕了，又或者你計劃懷孕，請務必告知你的醫生。在這些情況下，你絕不能服用[膚康美]Oratane，因為[膚康美]Oratane

消費者藥 物資料

可能對你未出世的胎兒有害。

應該如何服用你的[膚康美]Oratane?

一定要嚴格按照你的醫生的指示服用[膚康美]Oratane。

醫生將針對你的症狀決定你需要服用[膚康美]Oratane的劑量。這種劑量是為你的需要和體重而配合，醫生在了解你對[膚康美]Oratane的反應之後還可能進行調整的劑量。在治療開始後的前幾個星期，你的痤瘡在好轉之前會先惡化。請別擔心，因為這是代表[膚康美]Oratane正在發揮療效。

[膚康美]Oratane治療通常持續**16至20**個星期。有時候可能有必要進行第二個療程。一定要在進餐時服用[膚康美]Oratane。需用水或其它非酒精飲料吞服完整一粒膠囊。切勿咀嚼或吸吮膠囊，更不要打開膠囊。如果你忘記服用某次劑量，不要在下次時服用雙倍劑量以進行補償。只需簡單按時服用下一次劑量即可。

請勿自行改變醫生決定的劑量。如果你認為藥物的作用太強或太弱，請告知你的醫生。請注意[膚康美]Oratane不能改善治療開始前已有的疤痕或痘凹，但是有助於防止以後此類皮膚損傷。

不要將[膚康美]Oratane送給家人或朋友，即使他們的症狀看起來與你相似，因本藥物是特別為你個人而處方的。

如果服用過量[膚康美]Oratane，該怎麼辦？

如果你服用過量[膚康美]Oratane，你必須聯絡你的醫生，或立即前往最近的醫院就診。

[膚康美]Oratane治療何時和怎樣結束？

[膚康美]Oratane治療通常持續**16至20**個星期。在這段時期末，你的痤瘡應該已經大部分消失了。大多數病患者都會注意到他們的皮膚狀況不斷地好轉，甚至[膚康美]Oratane治療停止之後。

如果痤瘡復發，而你的醫生又處方[膚康美]Oratane給你，你可進行另一個療程。

[膚康美]Oratane的副作用有哪些？

[膚康美]Oratane除了其益處的功效外，即使按照指示使用，治療期間還可能出現副作用。

最普遍的副作用與唇、嘴、鼻、眼和皮膚的乾燥有關。可使用潤膚露或凡士林來滋潤鼻膜旁邊、唇及沒有受痤瘡影響的皮膚。

另外你還可能出現骨頭和肌肉發硬或僵直，手掌和足底部脫皮，皮膚受感染，疲倦，頭痛，更易被太陽灼傷及眼睛出現問題等。

由於[膚康美]Oratane能使眼睛乾澀，在[膚康美]Oratane治療期間配戴隱形眼鏡可引致不舒服，你可能需要暫改配戴普通眼鏡。保濕的眼藥水是可舒緩眼睛乾澀所帶來的不適。

少數患者的頭髮會變得稀疏。

這些副作用通常都很輕微並且與劑量有關。

這些副作用通常是溫和及與劑量有關的。在降低[膚康美]Oratane劑量或停藥之後幾天到幾個星期內，大部分副作用會完全消失。

與[膚康美]Oratane有關而極少有的副作用包括：牙齦發炎和出血，體重減少，月經週期失常，麻木感或刺痛感，頭暈，視線模糊和抑鬱。

如果你患有糖尿病，或者你的醫生認為你可能是糖尿病患者，服用[膚康美]Oratane期間，你可能需要進行幾次血糖測試。

治療期間所出現的副作用，應該告知你的醫生。在某些病例中，醫生可能會降低劑量或停止治療。

如果你對這些或其它副作用感到擔心，請向醫生查詢。

如何存放[膚康美]Oratane?

務必將此藥一直放在原包裝內，並置於兒童拿不到的地方。存放在陰涼，乾爽和溫度低於攝氏**30度**的地方。

請勿將此藥物存放在浴室，窗台上或在你車中的儲物箱。

請勿將[膚康美]Oratane膠囊放在冰箱或冰櫃中。

包裝外所標籤有效期過了以後，請勿服用。

[膚康美]Oratane是為你個人處方的藥，任何情況下都不可以送給其他人使用。

有多少種包裝？

10毫克和20毫克，每盒**60粒膠囊**。

更詳盡資料？

消費者藥 物資料

如果你對[膚康美]Oratane 膠囊還有任何問題，請諮詢你的皮膚科醫生或藥劑師。

批發商
紐西蘭
Douglas 杜格拉斯大藥廠
PO B45027
奧克蘭 8

消費者藥物資料提供之日期
2001年5月4日

摘要

