

## 2024 年【科學探究競賽-這樣教我就懂】

大專/社會組 科學文章表單

文章題目： A...容貌焦慮緊酸！

摘要：如果皮膚長滿了痘痘而讓自己陷入容貌焦慮，應該請求醫生並對症下藥

文章內容：(限 500 字~1,500 字)

台灣位於潮濕悶熱的地方，又加上國人飲食習慣的不同以及許多人的壓力過大，在青春期痘痘的好發程度大幅提升。我在高中時期從半邊臉長了爛痘一直擴散到全臉，因為容貌焦慮的關係使我在外面走路不敢抬頭，便跑去大醫院尋求皮膚科醫師協助，醫生說我需要吃 A 酸，而一顆藥自費 43 塊，每個人療程都不同，短則半年、長則一年以上，數一數這個費用，我還是把錢砸下去而不選擇做醫美。

為什麼皮膚科醫師要一個被爛痘纏身的病人吃 A 酸並長期追蹤呢？口服 A 酸用來治療嚴重的囊腫型痤瘡，可以抑制皮膚油脂分泌、減緩皮膚發炎反應，讓原本皮脂分泌旺盛造成油脂無法排出的皮膚更乾燥，而這時也需要靠乳液來維持肌膚保濕！A 酸治療需要長期觀察，因每人的體質不同，有些人（例如我）在服用初期有大爆痘情形，因為皮脂短期內會大量壞死，或是痤瘡桿菌釋放物質而造成嚴重發炎反應，因此讓原本就爆痘的臉再度爆痘。但堅持下去就會發現皮膚有明顯改善，從原本坑坑疤疤變得光滑。

處於痘痘好發期時，不應用手擠壓痘痘，會造成髒污以及留疤，如果飽受痘痘困擾應該尋求醫生協助。口服 A 酸除了會讓皮膚乾燥，對於光更會變敏感，因此在外需要做好防曬才不會讓紫外線破壞皮膚。

A 酸有分劑量，根據狀況的不同會服用不同劑量的藥品，口服 A 酸更需要注意自己是否懷孕，而我在服用期間的副作用還有嘴唇乾燥，因此也需要靠其他藥物來減緩副作用。在還沒開始一連串漫長療程之前，我的容貌焦慮非常嚴重，但在療程開始一年後，我發現自己的膚況變化非常大，也變得更有自信。

治療期間除了要按時用藥以及回診，更需要注意自己的臉部整潔，盡量少用手碰觸臉部、少使用化妝品、多保濕以及防曬，這段時間皮膚變得相對脆弱，因此許多細節都不容馬乎才可以讓自己的臉「蛻變」。

有一點也很重要，當皮膚產生爆痘情形，千萬不能自己到藥局或其他通路買藥擦，每個人的膚質狀況不同，有些藥品未經醫生診斷而擅自使用會造成皮膚更潰爛！如果被痘痘問題纏身，一定要記得到醫院尋求專業醫生的協助！

Before:



After:



### 參考資料

[https://www.nant.mohw.gov.tw/?aid=509&pid=44&page\\_name=detail&iid=77](https://www.nant.mohw.gov.tw/?aid=509&pid=44&page_name=detail&iid=77)

[https://org.vghks.gov.tw/derm/News\\_Content.aspx?n=BE1930556169673E&sms=3D72F0729DA63DEA&s=72185147F50EE4D5](https://org.vghks.gov.tw/derm/News_Content.aspx?n=BE1930556169673E&sms=3D72F0729DA63DEA&s=72185147F50EE4D5)

<https://www.skin-delight.com.tw/news-info.asp?id=61>

### 註：

1. 未使用本競賽官網提供「科學文章表單」格式投稿，**將不予審查**。
2. 字數沒按照本競賽官網規定之限 500 字~1,500 字，**將不予審查**。  
PS.摘要、參考資料與圖表說明文字不計入。
3. 建議格式如下：
  - 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
  - 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
  - 字體行距，以固定行高 20 點為原則
  - 表標題的排列方式為向表上方置中、對齊該表。圖標題的排列方式為向圖下方置中、對齊該圖