

指甲矯正器

一. 指甲矯正器適應症

1. **捲甲(pincer nail)**：捲甲指的是指甲的彎曲程度相較於一般人明顯增加。這樣的狀況常常發生在雙腳大拇趾，但也可能出現在所有的手指和腳趾。病人在長時間的行走後，或是當發生捲甲的指甲受到壓迫時，往往會感到疼痛。
2. **嵌甲(又稱凍甲，ingrown nail)**：嵌甲指的是指甲嵌入指甲旁的甲肉。這樣的情況會造成發炎、疼痛，甚至是感染化膿。病人往往因此痛到不敢正常行走，甚至因為會壓迫到發炎感染的甲肉而不能穿襪子、鞋子等。



捲甲(Pincer nail)



嵌甲(Ingrown nail)

二. 捲甲/嵌甲傳統治療方式

傳統上，捲甲和嵌甲都可以使用手術切除指甲基質、甲肉、指甲片來治療，或者是將下捲/嵌入的指甲拔除。這些雖然是良好的治療方式，但均會造成手術傷口及疼痛；術後則需要換藥一至兩週，並有相當的復發率。在拔除下捲/嵌入的指甲後加上化學或電氣燒灼術可以減低復發率，但也會增加手術後的疼痛，並造成指甲外觀永久的改變。

三. 指甲矯正器原理

指甲矯正是使用**指甲矯正器**來治療捲甲和嵌甲。指甲矯正器由**金屬線**和**基座**構成。藉由將具有彈性的金屬線附著在指甲上(可能是使用鈎子或是黏著劑)，金屬線會對下捲或嵌入的指甲施加拉力，將其恢復到正常的形狀。這樣的做法能減輕疼痛及發炎，改善指甲的外觀，相較於單純拔除指甲，復發率也大幅降低。

四. 放置指甲矯正器常見問題

置放指甲矯正器並不需要麻醉。在置放完成後，大多數病人都可以立即恢復正常生活。除了踢球等會對指甲矯正器直接造成衝擊的運動外，幾乎所有運動都可以照常進行。在置放矯正器後，大部分(>90%)的病人當下即有明顯的改善，特別是嵌甲的病人。少數病人戴上指甲矯正器之後的前幾天會有異物感或是拉扯緊緊的感覺。然而隨著時間過去，這種輕微的不適感會慢慢消失。

少數指甲片較薄、較軟的病人，可能會出現無痛的指甲下出血。這是因為矯正器將指甲拉回時，甲床血管因拉扯而有輕微分離出血的情形，如果沒有持續惡化或疼痛不適的情形，指甲下出血會隨著時間慢慢消退。

五. 指甲矯正治療時間

指甲矯正的治療時間依照每個人的指甲狀況而定。大部分的人在置放一次矯正器後疼痛就會得到明顯的改善，特別是嵌甲的病人。嚴重捲甲的病人可能需要多次的矯正器置放及調整。在治療初期，依病人的情況可能需要一週到一個月回診一次。

部分病人的指甲矯正器會在放置後數週內就脫落。這通常是因為指甲在矯正後曲度改變，使得矯正器的鉤子部分鬆脫。大部分時候，矯正器脫落並不代表治療是失敗的。治療成功與否端看病人症狀是否改善。如果指甲矯正器的鉤子部分彈起來，只需使用膠帶將鉤子尖銳處包起來，不必自行試圖將鉤子塞回指甲底下。

依據醫學文獻，以指甲矯正器治療的病人，三個月後復發率約為 10% 或小於 10%。部分捲甲/嵌甲復發的原因是因為病人持續不當修剪指甲、先天性嚴重捲甲、或骨骼異常。

六. 指甲矯正屬於非健保給付範疇

指甲矯正屬於自費療程。費用則根據矯正器的種類、數量、矯正時間的長短而有差異。醫師會根據每個人捲甲/嵌甲的嚴重度和需求給予適合個人的建議。

七. 如何照顧矯正中的指甲？

- 一般日常生活不受影響。可以正常穿鞋行走、正常工作、出國出差旅遊、淋浴，
- 選擇柔軟且支撐良好的鞋子，避免過鬆過緊或尖頭鞋，減少反覆擠壓碰撞，
- 穿襪子記得捲起來慢慢穿就好，避免棉線纏繞拉扯矯正器。
- 如果需要穿窄管的褲子，建議先小心穿上襪子，以免穿脫褲子時拉扯造成矯正器脫落。
- 溫和地爬山健行都沒有太大問題，但是劇烈運動打球要小心撞傷指甲，導致矯正器脫落。
- 配戴矯正器之後，仍需避免引發凍甲的因子，例如：不合適的鞋子、不當的趾甲修剪等等。



製作單位：成醫皮膚部

製作日期：107/12/01

修訂日期：109/08/14