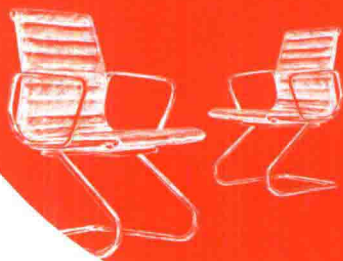


专家与您
面对面

银屑病

主编 魏保生



怎么防？怎么治？

全面了解银屑病

正确面对银屑病的“防”与“治”

科技出版社



专家与您面对面

银屑病

主编 / 魏保生

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

银屑病 / 魏保生主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2016.1

(专家与您面对面)

ISBN 978-7-5067-7553-3

I. ①银… II. ①魏… III. ①银屑病—防治 IV. ①R758.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 105865 号

专家与您面对面——银屑病

美术编辑 陈君杞

版式设计 大隐设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $\frac{1}{32}$

印张 5 $\frac{1}{8}$

字数 80 千字

版次 2016 年 1 月第 1 版

印次 2016 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市汇鑫印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7553-3

定价 19.80 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



内容提要

银屑病怎么防？怎么治？本书从“未病先防，既病防变”的理念出发，分别从基础知识、发病信号、鉴别诊断、综合治疗、康复调养和预防保健六个方面进行介绍，告诉您关于银屑病您需要知道的有多少，您能做的有哪些。

阅读本书，让您在全面了解银屑病的基础上，能正确应对银屑病的“防”与“治”。本书适合银屑病患者及家属阅读参考，凡患者或家属可能存在的疑问，都能找到解答，带着问题找答案，犹如专家与您面对面。



专家与您面对面

丛书编委会（按姓氏笔画排序）

王 策	王建国	王海云	尤 蔚	牛 菲	牛胜德	牛换香
尹彩霞	申淑芳	史慧栋	付 涛	付丽珠	白秀萍	吕晓红
刘 凯	刘 颖	刘月梅	刘宇欣	刘红旗	刘彦才	刘艳清
刘德清	齐国海	江 莉	江荷叶	许兰芬	李书军	李贞福
张凤兰	张晓慧	周 萃	赵瑞清	段江曼	高福生	程 石
谢素萍	熊 露	魏保生				



前言

“健康是福”已经是人尽皆知的道理。有了健康，才有事业，才有未来，才有幸福；失去健康，就失去一切。那么什么是健康？健康包含三个方面的内容，身体好，没有疾病，即生理健康；心理平衡，始终保持良好的心理状态，即心理健康；个人和社会相协调，即社会适应能力强。健康不应以治病为本，因为治病花钱受罪，事倍功半，是下策。健康应以养生预防为本，省钱省力，事半功倍，乃是上策。

然而，污染的空气、恶化的水源、生活的压力等等，来自现实社会对健康的威胁却越来越令人担忧。没病之前，不知道如何保养，一旦患病，又不知道如何就医。基于这种现状，我们从“未病先防，既病防变”的理念出发，邀请众多医学专家编写了这套丛书。丛书本着一切为了健康的目标，遵循科学性、权威性、实用性、普及性的原则，简明扼要地介绍了100种疾病。旨在提高全民族的健康与身体素质，消除医学知识的不对等，把健康知识送到每一个家庭，帮助大家实现身心健康的理想。本套丛书的章节结构如下。

第一章 疾病扫盲——若想健康身体好，基础知识须知道；

第二章 发病信号——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了；

第三章 诊断须知——确诊病症下对药，必要检查不可少；



第四章 治疗疾病——合理用药很重要，综合治疗效果好；

第五章 康复调养——三分治疗七分养，自我保健恢复早；

第六章 预防保健——运动饮食习惯好，远离疾病活到老。

按照以上结构，作者根据在临床工作中的实践体会，和就诊时患者经常提出的一些问题，对 100 种常见疾病做了系统的介绍，内容丰富，深入浅出，通俗易懂。通过阅读，能使读者在自己的努力下，进行自我保健，以增强体质，减少疾病；一旦患病，以利尽早发现，及时治疗，早日康复，将疾病带来的损害降至最低限度。一书在手，犹如请了一位与您面对面交谈的专家，可以随时为您答疑解惑。丛书不仅适合患者阅读，也适用于健康人群预防保健参考所需。限于水平与时间，不足之处在所难免，望广大读者批评、指正。

编者

2015 年 10 月



目录

第1章 疾病扫盲

——若想健康身体好，基础知识须知道

- 银屑病的概念和分类 / 2
- 银屑病的组织病理特征 / 3
- 银屑病的病理生理特点 / 4
- 银屑病与牛皮癣能画等号吗 / 5
- 此“癣”非彼“癣” / 6
- 银屑病会传染吗 / 6
- 银屑病会遗传吗 / 7
- 银屑病能治愈吗 / 8
- 银屑病的危害有哪些 / 9
- 银屑病与季节有关系吗 / 10
- 银屑病与感染有关系吗 / 10
- 银屑病会不会癌变 / 11
- 皮肤的微细结构是如何的 / 11
- 皮肤的功能有哪些 / 12
- 男女老少“通吃”的银屑病 / 14
- 北高南低的银屑病 / 15
- 城市劣于农村的银屑病 / 15
- 特效药只是个传说 / 16
- 银屑病的病因有哪些 / 17
- 可能激发银屑病的因素 / 20
- 银屑病的发病机制 / 21



第2章 发病信号

——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了

常见银屑病有哪些类型 / 24

寻常型银屑病临床表现 / 25

脓疱型银屑病临床表现 / 28

关节型银屑病临床表现 / 29

特殊部位银屑病特点 / 29

儿童银屑病特点 / 30

第3章 诊断须知

——确诊病症下对药，必要检查不可少

银屑病的诊断依据 / 34

银屑病与寻常性痤疮鉴别 / 34

银屑病与扁平苔藓的鉴别 / 34

银屑病与慢性湿疹的鉴别 / 35

银屑病与脂溢性皮炎的鉴别 / 35

银屑病与真菌感染的鉴别 / 35

局限性脓疱型银屑病与其他疾病的鉴别 / 36

关节型银屑病与其他关节疾病鉴别 / 37

第4章 治疗疾病

——合理用药很重要，综合治疗效果好

因人而异是治疗的根本 / 40

银屑病治疗方法 / 40

多管齐下综合治疗银屑病 / 41



- 银屑病患者心理调节 / 42
- 光化学疗法 / 43
- 光化学疗法的禁忌证 / 44
- 煤焦油光疗 / 45
- 窄波紫外线光疗法 / 46
- 银屑病治疗的常用内用药 / 46
- 内用皮质激素的利与弊 / 48
- 内用维 A 酸类药物的正确使用 / 49
- 甲氨蝶呤在治疗银屑病中的作用 / 51
- 羟基脲在治疗银屑病中的作用 / 52
- 环孢菌素在治疗银屑病中的作用 / 53
- 吗替麦考酚酯在治疗银屑病中的作用 / 54
- 避孕药的使用 / 55
- 柳氮磺吡啶的使用 / 55
- 生物制剂治疗银屑病 / 56
- 按型治疗银屑病 / 56
- 对生殖有影响的抗银屑病药物 / 58
- 正确选用银屑病治疗外用药 / 60
- 银屑病治疗外用药如何选择使用 / 61
- 糖皮质激素—外用治疗银屑病的“双刃剑” / 62
- 维生素 D₃ 类似物——卡泊三醇和他卡西醇的使用 / 66
- 他扎罗汀的正确使用 / 67
- 正确外用焦油类药物 / 68
- 正确使用蒽林类制剂 / 69
- 细胞毒药物外用的注意事项 / 69



- 特殊部位用药注意事项 / 70
- 中医疗法是银屑病治疗的另一思路 / 72
- 银屑病的中药洗浴 / 77
- 治疗银屑病的中成药 / 79
- 是药三分毒 / 80
- 中药治疗银屑病切记四大忌口 / 81

第5章 康复调养

——三分治疗七分养，自我保健恢复早

- 银屑病治疗预防攻略 / 86
- 银屑病患者常洗温泉好不好 / 90
- 桑拿浴能治疗银屑病吗 / 91
- 科学洗浴可有效预防银屑病 / 92
- 警惕五类药物导致银屑病加重 / 93
- 精神紧张小心银屑病侵袭 / 95
- 银屑病患者调养的食疗方 / 98
- 脸部银屑病的护理措施 / 99
- 治疗银屑病别迷信偏方听信小广告 / 100
- 为什么银屑病冬重夏轻 / 102
- 孕妇银屑病患者应积极做好保健 / 103
- 瘙痒难忍不可挠 / 105
- 关节型银屑病需强化骨骼 / 107
- 调养银屑病适宜多运动锻炼 / 108
- 脓疱型银屑病患者怎么洗澡 / 110
- 吃生鸡蛋对银屑病患者好吗 / 112



十招杜绝银屑病扩散 / 113

夏季银屑病防治要注意四点 / 116

果蔬外敷治病胜良药 / 117

家庭中治疗银屑病 / 118

小心性格“决定”银屑病 / 121

银屑病宁不治也不要乱治 / 122

避免银屑病加重的六项原则 / 123

预防一切诱发银屑病的诱因 / 124

维生素有良好的辅助治疗作用 / 126

银屑病患者怎样应对电脑辐射 / 126

银屑病皮肤护理 / 127

日常生活注意事项 / 128

银屑病调养的注意事项 / 129

第6章 预防保健

——运动饮食习惯好，远离疾病活到老

银屑病的食疗方法 / 134

银屑病患者益吃的蔬菜 / 135

银屑病患者应食用的四种水果 / 137

适合银屑病患者喝的粥 / 138

银屑病患者应该少吃糖 / 139

银屑病患者健康饮食搭配小常识 / 140

银屑病患者食物禁忌 / 142

银屑病患者吃蘑菇有益气之功效 / 142

吃苦瓜可以预防银屑病 / 146



银屑病患者应多吃莓果 / 147

银屑病患者别吃辣 / 148

如何预防银屑病复发 / 148



第1章

疾病扫盲

若想健康身体好，基础知识
须知道





银屑病是一种常见、易复发、难治的慢性炎性皮肤病。皮肤上出现鳞屑性红斑、丘疹和斑块（寻常型），或大量无菌性脓疱（脓疱型），或具有关节炎（关节病型），或绝大部分皮肤弥漫性潮红脱屑（红皮病型）。其中寻常型银屑病约占 99% 以上，各人种、男女及各年龄均可发病。

银屑病一般分寻常型和非寻常型两大类,非寻常型包括脓疱型、关节病型和红皮病型。

银屑病的发病情况如下。

(1) 发病率。自然人群 0.1% ~ 3%，丹麦 Farose 岛“银屑病患者之家”；美国 250 万 ~ 500 万；日本约 10 万；我国 0.123%，城市 > 农村，高寒地带 > 温暖地带。

(2) 发病年龄。各年龄均可, 青春期为高峰, 平均: 男 28 岁, 女 24.6 岁。

(3) 性别差异。男性>女性(3:2或2:1),但女性发病较早,儿童期和<19岁发病的女性占女患总病例45.3%,男性仅占20.9%。

(4) 种族。白种人最多，黄种人其次，黑人少见。

(5) 季节。冬季多见。与气候干燥, 日光照射少, 洗澡少有关。



银屑病组织病理特征

肉眼看，只可看见大量的白色皮屑脱落，但是在显微镜下可见银屑病的病变有如下特点。

(1) 角化不全。也就是说其皮屑很“软”，因为还没来得及角化就脱落了。

(2) 粒层变薄或消失。

(3) 棘层肥厚。

(4) 真皮乳头延长，兼有水肿和毛细血管扩张。

(5) 中性粒细胞移行至表皮内，形成 Munro 微脓肿。

(6) 皮肤微循环障碍。

寻常型银屑病表现为表皮角化不全、角化过度，颗粒层减少、消失，棘层肥厚，表皮突下延，真皮乳突向上延伸，集成 Munro 微脓疡。

脓疱型银屑病表现为棘层上部出现海绵状脓疱，即 Kogoj 海绵状微脓疡，疱内中性粒细胞，真皮内主要为淋巴细胞。

红皮病型银屑病表现为毛细血管扩张，真皮水肿。

另外，在银屑病消退后再继续观察，发现皮损消退后，局部毛细血管并不同时恢复正常，最早恢复者在皮损消退后 2 周出现，绝



大多数在 2 ~ 6 个月后恢复正常，但个别病例在 1 年后仍不正常。这可能是本病易于复发的原因之一，故皮损消退后不应立即停止治疗，而应该继续治疗直至微循环恢复正常为止。

银屑病的病理生理特点

为什么银屑病会有那么多的皮屑呢？这是因为基底层角质形成细胞增殖加速；细胞分裂周期缩短，从 311 小时缩短为 37.5 小时；表皮通过时间缩短，从 28 天缩短为 3 ~ 4 天。

正常的表皮细胞每天都在新陈代谢，整个过程约为 28 天，因此每天都有细胞脱落，但由于量少，加之皮肤滋润，不易察觉，只有冬天，或皮肤干燥的老年人身上，才能看到脱落的皮屑。但是在银屑病的皮损处，这个周期仅为 3 ~ 4 天，细胞分裂太快，生长周期明显缩短，也就是说其表皮细胞尚未完全成熟便被推移到了表皮的最外层—角质层。这种非正常的快速周转，导致了银屑病的发生。

银屑病患者身上便看到了一层又一层云母状松散的白屑和纷纷扬扬的银白色“雪花”。