

银屑病 患者的

YINXIEBING HUANZHE DE JIATING YANGHU

◆ 主编 唐翠兰 曹丽雅

家庭养护



 科学技术文献出版社

银屑病患者 的家庭养护

主 编	唐翠兰	曹丽雅	
副主编	时 萍	王玉娟	
编 委	徐 蕾	沈建平	赵小蕊
	杨少民	王志富	杨 红
	曾春阳	刘 莹	高 峰

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

银屑病患者家庭养护/唐翠兰,曹丽雅主编.-北京:科学技术文献出版社,2008.11

ISBN 978-7-5023-6095-5

I. 银… II. ①唐… ②曹… III. 银屑病-中西医结合疗法
IV. R758.630.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 107259 号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038
图书编务部电话 (010)51501739
图书发行部电话 (010)51501720,(010)51501722(传真)
邮 购 部 电 话 (010)51501729
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail: stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 李 洁
责 任 编 辑 李 洁
责 任 校 对 唐 炜
责 任 出 版 王杰馨
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京国马印刷厂
版 (印) 次 2008 年 11 月第 1 版第 1 次印刷
开 本 850×1168 大 32 开
字 数 210 千
印 张 10.375
印 数 1~6000 册
定 价 19.00

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

银屑病是一种常见的慢性复发性、炎症性皮肤病,是医学界公认的疑难杂症之一。

本书全面系统地介绍了银屑病的中、西医诊断、治疗方法,重点向银屑病患者介绍疾病的家庭调理常识及调理方法,旨在全面普及防治银屑病的基本知识,以充分调动患者自我调理的主观能动性,提高患者的自我康复意识和能力。本书既可作为患者自我调理的家庭指导医生,又可作为医务工作者的临床参考书。

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统唯一一家中央级综合性科技出版机构,我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干。

前言

皮肤是保护机体不受外界侵害的重要人体器官,它同时还是冷热觉和触痛觉的感受器,更重要的一点是——皮肤是我们每个人心灵的外在表现。

当皮肤出现疾患时不仅在生理上是个损害,对心理也是一个打击。它能影响患者的生活、工作和处世态度,同时也能影响别人对患者的看法。银屑病患者生活处境常常很复杂,因为他们要习惯作为一个皮肤明显异常的患者生活下去,这不管对患者的心情还是感情都是一种负担。

当患者意识到自己患有银屑病后往往要经历一段震惊、迷茫、气愤和恼怒的过程,接受这个现实往往要一段相当长的时间。因为银屑病是一种慢性疾病且容易反复发作,所以银屑病患者也经常陷入心理上的困境。随着银屑病皮疹的出现,患者的心情也变得易怒和消沉,如果不及时调整这种心态,患者的人际关系和自信心会逐渐丧失。对银屑病患者进行恰当的心理治疗非

常重要,因为这会决定他们的生活态度。患者的家人、朋友应该去了解银屑病患者的心理世界并学会帮助他们。

对于银屑病的药物治疗,中西医都有众多方法,其方法和药物也都具有一定的时代性、延续性和适应范围,但也有一定的局限性,至今没有一种药物能保证根治银屑病,而且由于市场经济的影响,伪医、假药也不时出现。因此,提高银屑病患者的自我保护意识,促进医患共同努力来提高银屑病防治的效果,有其特殊的重要意义。

银屑病是一种临床常见的病机尚不清楚的、临床治疗有一定难度的皮肤病,特别是有些银屑病患者病情本来不严重,但由于缺乏有关银屑病的基本知识而乱投医、滥用药,往往造成病情加重,最终成为脓疱型或红皮症型银屑病而住院治疗。

随着中、西医的不断发展,近年来中、西医对银屑病都比以前有了更深的认识,临床治疗方案有所改变,治疗效果也有所提高。本书能使患者认识银屑病的发病规律,获得正确的防治知识,与医生充分配合,达到消除和减少复发的目的。

科学在越来越快地发展,新理论、新药物在不断地取代着旧的理论及药物。本书尚有诸多不足之处,望广大读者批评指正,以便使本书得到进一步完善。

编者



目 录

1 银屑病概述	(1)
第一节 人体的皮肤	(2)
一、皮肤的组织结构	(2)
二、皮肤的生理功能	(7)
第二节 银屑病的定义	(10)
第三节 银屑病发病情况	(12)
第四节 易患银屑病的人群	(14)
第五节 银屑病的危害	(17)
2 银屑病的诊断	(21)
第一节 临床表现	(21)
一、寻常型银屑病	(22)
二、脓疱型银屑病	(33)
三、关节病型银屑病	(39)
四、红皮病型银屑病	(44)
第二节 银屑病检查	(46)
一、一般检查	(47)
二、特殊检查	(49)
第三节 诊断与鉴别诊断	(51)
3 银屑病的西医治疗	(62)
第一节 西医对银屑病病因的认识	(63)
第二节 西医治疗	(67)
一、全身治疗	(68)
二、局部疗法	(76)
三、物理方法	(79)

4 银屑病的中医治疗	(91)
第一节 中医对病因病机的认识	(92)
第二节 中医内服药物治疗	(93)
一、辨证治疗	(94)
二、中成药治疗	(97)
三、单味药	(107)
四、内服验方	(110)
第三节 搽敷疗法	(139)
第四节 熏洗疗法	(151)
第五节 穴位注射疗法	(161)
第六节 穴位埋线疗法	(166)
第七节 替代疗法	(171)
一、体针刺法	(171)
二、耳穴疗法	(179)
三、手穴疗法	(186)
四、梅花针疗法	(188)
五、艾灸疗法	(190)
六、拔罐疗法	(195)
5 银屑病患者的康复调理	(202)
第一节 银屑病的疗效判断	(202)
第二节 银屑病患者的自我保健	(206)
第三节 银屑病患者的护理	(208)
一、一般护理	(208)
二、重症银屑病的护理	(212)
三、儿童银屑病的护理	(214)
四、老年银屑病的护理	(216)
第四节 饮食调理	(218)



一、饮食调养原则	(218)
二、银屑病患者宜常食的食物	(219)
三、银屑病患者应禁忌的食物	(225)
四、调理食谱	(225)
第五节 运动调理	(246)
一、慢跑	(246)
二、跳绳	(249)
三、放松功	(251)
四、瑜伽	(253)
五、太极拳	(254)
第六节 心理调整	(269)
6 银屑病患者日常生活指导	(274)
第一节 治疗指导	(275)
一、就诊	(275)
二、患者配合治疗	(278)
三、止痒	(280)
四、生育	(283)
五、外用药	(284)
第二节 生活指导	(288)
一、日常生活注意事项	(288)
二、沐浴	(290)
三、性生活	(292)
四、饮酒	(293)
五、吸烟	(294)
六、冬季保养	(296)
第三节 认识误区	(301)



7 银屑病的预防	(306)
第一节 银屑病的早期识别	(307)
第二节 损害的预防	(311)
第三节 银屑病的预防	(316)
第四节 银屑病复发和加重的预防	(319)
参考文献	(323)



1 银屑病概述

银屑病是一种常见慢性容易复发的皮肤病,以红斑、脱屑、表皮增生过度皮损为主要临床症状,男女老幼皆可罹患,但患者中男性略多于女性,发病年龄以青壮年(15~45岁)为多,多在秋季、冬季发作或加重,春季、夏季减轻或消失,城市高于农村,北方高于南方。

由于本病发病率高,易复发,病程长,且好发于裸露部位,如头部、四肢、前胸、后背等部位。虽不危及生命,但经久治不愈,逐年迁延复发加重,脱屑瘀血,瘙痒难忍,给患者身体和身心健康带来极大的痛苦,严重影响到生活质量,尤其是少男少女,肌表羞于外露,直接影响美观,给学习、工作、交朋友带来很

大的负面影响,是目前国内外医学界皮肤科重点研究的对象之一。

第一节

人体的皮肤

皮肤是人体最大的组织器官,它被覆于人体表面,总重量占人体体重的5%~15%,总面积约为1.5~2平方米(新生儿约为0.21平方米),平均厚度(不包括皮下脂肪)约为0.5~4毫米。

皮肤是直接参与人体整个生命活动过程的一个重要组织器官。一方面,皮肤通过神经、体液与内脏器官紧密联系,外界环境的各种因素先作用于皮肤,然后通过内脏反射,影响内脏器官的功能;另一方面,内脏器官的功能变化,也能影响皮肤的结构和功能。在许多内、外因素的共同影响下,皮肤可以发生许许多多的疾病。所以,为了更好地了解银屑病的发病原因,了解一下皮肤的解剖和生理知识是十分重要的。

一、皮肤的组织结构

皮肤是人体最大的器官,覆盖全身,它使体内各种组织和器官免受物理性、机械性、化学性和病原微生物的侵袭。

皮肤由表皮、真皮和皮肤组织构成,并含有附属器官(汗腺、皮脂腺、指甲、趾甲、血管、淋巴管、神经、肌肉等)。



1. 表皮

表皮是皮肤最外面的一层,根据细胞的不同发展阶段和形态特点,由外向内可分为5层。

(1)角质层:由数层角化细胞组成,含有角蛋白。它能抵抗摩擦,防止体液外渗和化学物质内侵。角蛋白吸水力较强,一般含水量不低于10%,以维持皮肤的柔润,如低于此值,皮肤则干燥,出现鳞屑或皲裂。由于部位不同,其厚度差异甚大,如眼睑、包皮、额部、腹部、肘窝、腘窝等部位较薄,掌、跖部位最厚。若角质层异常增厚,称为角化过度;若角质层有细胞核残存,称为角化不全。

(2)透明层:由2~3层扁平无核的透明细胞组成,含有角母蛋白。能防止水分、电解质和化学物质的透过,故又称屏障带。此层于掌、跖部位最明显。

(3)颗粒层:由2~4层扁平梭形细胞组成,含有大量嗜碱性透明角质颗粒。颗粒层细胞由正常的2~4层增至多层时,称为粒层肥厚,常伴有角化过度;颗粒层消失,常伴有角化不全,但正常黏膜无颗粒层(硬腭及舌背除外)。

(4)棘细胞层:由4~8层多角形的棘细胞组成,由下向上渐趋扁平,细胞间借桥粒互相连接,形成所谓细胞间桥。

(5)基底层:由一层排列呈栅状的圆柱状细胞组成。此层细胞不断分裂(经常有3%~5%的细胞进行分裂),逐渐向上推移、角化、变形、形成表皮其他各层,最后角化脱落。从基底细胞分裂到脱落的时间,一般认为是28日,称为更替时间,其中自基底细胞分裂后到颗粒层最上层为14日,通过角质层到



最后脱落为 14 日。基底细胞间夹杂一种来源于神经嵴的黑色素细胞(又称树枝状细胞、明细胞),占整个基底细胞的 4%~10%,能产生黑色素(色素颗粒),决定着皮肤的颜色。

2. 真皮

真皮来源于中胚叶,由纤维、基质和细胞构成。接近于表皮之真皮乳头称为乳头层,又称真皮浅层;其下称为网状层,又称真皮深层,两者无严格界限。

(1)纤维:有胶原纤维、弹力纤维和网状纤维 3 种。

①胶原纤维:为真皮的主要成分,约占 95%,集合组成束状。在乳头层纤维束较细,排列紧密,走行方向不一,亦不互相交织。在网状层纤维束较粗,排列较疏松,交织成网状,与皮肤表面平行者较多。由于纤维束呈螺旋状,故有一定的伸缩性。

②弹力纤维:在网状层下部较多,多盘绕在胶原纤维束下及皮肤附属器官周围。除赋予皮肤弹性外,也构成皮肤及其附属器的支架。

③网状纤维:被认为是未成熟的胶原纤维,它环绕于皮肤附属器及血管周围。

(2)基质:是一种无定形的、均匀的胶样物质,充塞于纤维束间及细胞间,为皮肤各种成分提供物质支持,并为物质代谢提供场所。

(3)细胞:分为成纤维细胞、组织细胞、肥大细胞三种。

①成纤维细胞:能产生胶原纤维、弹力纤维和基质。

②组织细胞:是网状内皮系统的一个组成部分,具有吞噬微生物、代谢产物、色素颗粒、异物等的的能力,起着有效的清除



作用。

③肥大细胞:存在于真皮和皮下组织中,以真皮乳头层为最多。其胞浆内的颗粒,能贮存和释放组胺及肝素等。

3. 皮下组织

皮下组织来源于中胚叶,在真皮的下部,由疏松结缔组织和脂肪小叶组成,其下紧临肌膜。皮下组织的厚薄依年龄、性别、部位及营养状态而异。有防止散热、储备能量和抵御外来机械性冲击的功能。

4. 附属器

(1) 汗腺

①小汗腺:位于皮下组织的真皮网状层。除唇红部、龟头、包皮内面和阴蒂外,分布全身。而以掌、跖、腋窝、腹股沟等处较多。汗腺可以分泌汗液,调节体温。

②大汗腺:主要位于腋窝、乳晕、脐窝、肛周、外生殖器等部位。青春期后分泌旺盛,其分泌物由细菌分解,产生特殊臭味,是臭汗症的原因之一。

(2)皮脂腺:位于真皮内,靠近毛囊。除掌、跖外,分布全身,而以头皮、面部、胸部、肩胛间、阴阜等处较多。唇红部、乳头、龟头、小阴唇等处的皮脂腺直接开口于皮肤表面,其余开口于毛囊上1/3处。皮脂腺可以分泌皮脂,润滑皮肤和毛发,防止皮肤干燥,青春期以后分泌旺盛。

(3)毛发:分长毛、短毛和毳毛三种。毛发在皮肤表面以上的部分称为毛干,在毛囊内的部分称为毛根,毛根下段膨大



的部分称为毛球,突入毛球底部的部分称为毛乳头。毛乳头含有丰富的血管神经,以维持毛发的营养和生成,如发生萎缩,则发生毛发脱落。

毛发呈周期性地生长与休止,但全部毛发并不处在同一周期,故人体的头发是随时脱落和生长的。头发的生长期约为5~7年,接着进入退行期,约为2~4周,而进入休止期,约为数个月,最后毛发脱落。此后再过度到新的生长期,长出新发。故平时洗头或梳发时,发现有少量头发脱落,乃是正常的生理现象。

(4)指(趾)甲:位于手指、足趾远端的背侧面,是表皮角质层细胞增厚而形成的板状结构,是硬质角蛋白构成的致密半透明的板片,它可分为甲板和甲根两部分。紧接甲板周围的皮肤称为甲廓,由近端甲廓覆盖的部分称为甲根。甲后发白的半月形白色区称为甲半月。甲板下面为甲床,甲根与甲半月下面的甲床为甲母,甲母是甲的生发区。

5. 血管

皮肤的血管由皮下深部动脉分枝而来,在真皮与皮下组织交界处分出与表面平行的小动脉,组成动脉丛,供给汗腺、汗管、毛乳头和皮脂腺营养。各毛细血管袢后静脉段逐渐集合成小静脉,汇入皮肤的静脉丛,注入皮下深部静脉。

6. 淋巴管

皮肤中淋巴管较少,淋巴循环从表皮细胞间隙和真皮胶原纤维之间开始,淋巴液进入真皮乳头内的毛细淋巴管后,汇



集到淋巴管网,再进入皮下组织淋巴管,然后进入大淋巴管。

7. 神经

皮肤的神经按功能分为感觉神经和运动神经两种。感觉神经来自脊神经和脑神经,为有髓神经,其末端失去髓鞘,成为游离神经末梢,接受各种刺激。近年来研究表明,神经传导的速度与神经的直径成正比,不同刺激引起的神经冲动,其传导亦与此有关,如直径大于10微米,神经传导为每秒30~60米,对触觉、压觉等机械性刺激传导较好;中等直径的神经纤维,传导速度为每秒10~20米,对温度刺激传导较好;直径小于5微米的神经纤维,传导速度为每秒1~2米,与痛觉和痒觉的传导有关。运动神经来自植物神经系统,为无髓神经,分布于皮肤的血管、平滑肌和汗腺中,并调节其功能。

8. 肌肉

皮肤的肌肉有平滑肌和横纹肌两种。平滑肌主要为立毛肌,其一端固定在真皮乳头结缔组织,另一端经皮脂腺外围而固定在毛囊中部的结缔组织鞘内。收缩时可使毛发竖立,出现鸡皮样毛周隆起。横纹肌起源于筋膜或骨膜,主要分布于颈部和面部皮肤,如阔肌、表情肌等。

二、皮肤的生理功能

皮肤具有防御、感觉、调节体温、分泌排泄、呼吸、吸收以及参与新陈代谢等生理功能。

