

漫话疾病系列丛书

主编 季素珍

漫话白癜风

Man Hua BaiDianFeng

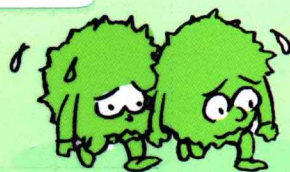
答疑解惑

积极预防

轻松治疗



没什么可怕的!



中国医药科技出版社

中国医药出版社

漫话白癫风

Man Hua Bai Dian Feng



什么病啊!

中国医药出版社

漫话疾病系列丛书



漫话 白癜风

主 编 季素珍
主 审 蔡念宁
编 者 季素珍 何小慧
余 晖

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书是一本有关白癜风防治的科普读物。书中以平实的语言、生动的主题、活泼的画面深入浅出地阐释了如何认识白癜风及白癜风治疗、预防等知识,特别对目前大众甚至非专业医护人员存在的对白癜风的认识上的误区进行了纠正,并提出了新观点和新概念。本书对提高大众对白癜风的认识,积极、科学地对待白癜风的预防和治疗有很好的普及作用,对大众是一本不可多得的宣教手册。

图书在版编目(CIP)数据

漫话白癜风/季素珍主编. —北京:中国医药科技出版社, 2013.4
(漫话疾病系列丛书)

ISBN 978-7-5067-5970-0

I. ①漫… II. ①季… III. ①白癜风—防治 IV. ①R758.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第041517号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

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 958 × 650mm¹/₁₆

印张 9¹/₂

字数 118千字

版次 2013年4月第1版

印次 2013年4月第1次印刷

印刷 北京市密东印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-5970-0

定价 25.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

由于习惯所形成的偏见，以及一些媒体有意无意地带有误导性的宣传，人们对疾病的认识走入了更深的误区。对于某些疾病，由于认识不足而采取不合理的治疗方法，不但延误了最佳治疗时机，对患者健康不利，还加重了患者及其家庭的经济负担。疾病还会引起很多社会问题，比如患者受到歧视，对他们的升学、就业、人际交往等造成了严重影响。为了消除歧视和偏见，帮助大众正确认识疾病，乐观地对待疾病、治疗疾病，我们特组织编写了这套丛书。丛书作者均为从事临床工作多年的专家，不仅有丰富的诊疗经验，更有超强的责任心。

本丛书具有下述特点。

1. 按病种分类，主要包括大众疑问较多的常见病，知识性和实用性强。
2. 作者从患者的角度著书，解决了患者最关心的问题。不仅以杂文的形式介绍了相关疾病的病因、临床表现、预防、治疗等方面的知识，更精心对疾病给患者带来的心理困扰给予疏导，同时关注和分析了相关疾病引起的社会问题。

3. 采用科普的语言，轻松、幽默，故事生动，通俗易懂。

4. 书中配有与内容呼应、寓意深刻的卡通图，增加了阅读的趣味性。

本丛书共 15 个分册，分别为：漫话肝炎、漫话艾滋病、漫话结核病、漫话糖尿病、漫话高血压、漫话冠心病、漫话白癜风、漫话腰椎间盘突出、漫话痛风、漫话前列腺疾病、漫话胆囊炎与胆石症、漫话不孕不育、漫话类风湿关节炎、漫话抑郁症、漫话睡眠障碍。

阅读本丛书后，患者和家属若能正确面对疾病、积极治疗疾病、乐观地生活，大众若能对一些疾病消除误解，更宽容地对待身边的患者，那么，我们编写本丛书的初衷便实现了。

中国医药科技出版社

2012年5月

白癜风是一种常见、难治、到目前为止还找不到明确病因的皮肤病。相当影响患病者就业、社交的选择；相当影响患病者及其亲属的生活情趣；相当影响患者本身的心理健康。有没有办法使患者从这些困境中尽快的跳离出来，重新拥有健康心态，乐观向上，正视疾病呢？我建议所有患者及患者家属能看看《漫话白癜风》这本小册子。

这本书记录和解答了几乎患病者所关注的和尚未引起重视的所有问题，分成引导篇、疾病篇、治疗篇、饮食篇、日常生活篇几部分，通俗易懂，易于理解。

这本书的主编季素珍主任医师，在北京大学第一医院皮肤科工作三十余年，在白癜风的诊断和治疗方面积累了丰富的丰富经验。参加这本书编写的还有本人的学生，她们是在跟随本人医治白癜风抄方时不断收集来自患者提供的各方面信息，在医疗实践中、在查阅大量现代研究、古籍文献中增长了学识。

相信通过学习本书向您介绍的知识、认识及常识后，我们可以达成一个共识，那就是——掌握科学方法、建立信心、战胜病魔！

蔡念宁

2012年11月16日于北京

前言

您知道白癜风这种病吗？您想了解白癜风吗？您想了解有关白癜风的相关知识吗？这本书可以作为您的朋友，虽然它不能与您面对面交流，但可以以问答的形式与您对话。

本书通俗，易懂，以轻松的语言，真实的故事告诉白癜风患者及其家人、朋友及同事关于白癜风一系列问题。作者站在患者及其家人的角度，帮助他们进行心理疏导，解除困惑，消除精神痛苦，树立对治疗的自信心。

本书有您关注的白癜风的诱发因素，虽然病因复杂，但能使您了解导致白癜风的罪魁祸首——黑素细胞破坏的常见原因，解答免疫功能如何失调、精神和神经因素怎么就导致发病等等一系列疑问；本书有您关注的白癜风的治疗，汇集了国内外的各种治疗手段以及综合治疗方案；本书有您需要的关怀，了解白癜风患者心理变化、情绪的影响，在择业、婚姻等方面作为家人和朋友如何理解和支持等等。

编者从医 30 年，在为白癜风患者的诊断和治疗过程中，深知他们患病后多么渴望对白癜风有全面了解。从发病、治疗到预后，乃至如何把握未来都是每位患者所关心的。如何引导患者培育实事求是的理性思维，如何抗御疾病，正确掌握疾病的规律，直至最终战胜疾病是作为一名医生应尽的责任和义务。也正是广大患者朋友，鼓励我把几十年治疗白癜风的点滴体会，编写成册，供读者参考。

尽管我们尽了很大努力，但由于水平有限，仍有不足之处，希望读者批评、指正。

本书中医部分内容是邀请了北京中医院皮肤科蔡念宁教授和她的研究生编写的，在此表示感谢。

本书图片来自北京大学第一医院皮肤科。

编 者

2012 年 11 月 1 日

◆ 引导篇 / 001

浅谈皮肤的功能	002
细说皮肤的组织构成	004
白癜风的病因错综复杂	008
老祖宗也认识白癜风	017
我家三代以内的直系亲属都没有白癜风，为什么我会得 白癜风呢	019

◆ 疾病篇 / 021

白癜风的诊断标准	022
白癜风的临床分型	024
晕痣——白癜风的一种特殊表现	026
哪些化验对白癜风有帮助	027
皮肤出现白斑就是白癜风吗	029
有哪些病与白癜风相似	031
白化病与白癜风是一种病吗	035
白癜风认识上的几个误区	037
白癜风与其他自身免疫性疾病	042
白癜风可以自己诊断吗	043
白癜风中医基本证型	044

◆ 治疗篇 / 045

白癜风能治好吗	046
---------------	-----

浅谈白癜风的治疗近况	047
白癜风的西医治疗	049
如何根据体质来治疗白癜风	054
中医中药治疗白癜风的基本原则	057
我患白癜风是因为肾虚吗? 要大补吗	058
不想吃汤药, 还有什么治疗方法吗	062
吃了半年多中药了, 不见好转怎么办	063
古人得了白癜风是如何治疗的呢	065
白癜风可以针灸治疗吗	071
中药一定没有不良反应吗	074
白癜风患者如何读懂说明书	076
不要由于治疗效果慢而耽误治疗时机	077
什么叫综合治疗	078
白癜风还可以手术治疗吗	081
白癜风都需要治疗吗? 不治疗有什么危害	084
白癜风可以自愈吗	086
白癜风能治愈吗	087
白癜风的外用药物在使用时要注意哪些	089
儿童白癜风患者, 面颈部皮损如何选择外用药物	091
我的治疗有效吗	092
白癜风基本护理常识您了解吗	094
一种药物用了一周, 没什么效果, 可以换一种吗	096
如何识别真假白癜风药物广告	097
不要自己为自己开处方	102
不要怕麻烦, 边治边看走着瞧	104
防晒产品对于白癜风有治疗作用吗	105
相信虚假广告 不但没治好病还雪上加霜	107
白癜风患者能像正常人一样美容吗	108



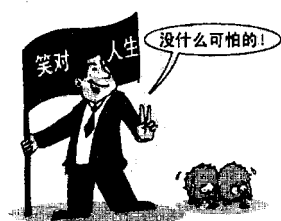
◆ 饮食篇 / 109

白癜风吃什么好呢	110
为什么要忌食辛辣刺激及海鲜等发物呢	111
得了白癜风，可以喝豆浆吗	114
儿童不可多食小食品和饮料	116
可以吃巧克力吗	117
减肥药物惹的“祸”	118

◆ 日常生活篇 / 119

白癜风会传染吗？患者能结婚吗	120
白癜风是血液病吗	122
怎么鉴别日晒后的白斑是不是白癜风呢	123
白癜风患者可以外出游玩吗	125
白癜风与环境的关系	127
得了白癜风，我们应该怎么办	129
给予白癜风患者以温暖	133
情绪对白癜风会产生什么影响呢	135
白癜风用什么餐具好	138
家有患儿，应该在穿衣方面注意什么	139
生活中避免机械刺激	140
生活作息对白癜风有影响吗	141
参考文献	142





■ 引导篇 ■



浅谈皮肤的功能

一天，一位病人来看医生说：两周来发现面部、颈部出现白斑，并且越来越扩大，越来越明显。但是无任何不舒服。医生详细询问了发病过程，看了皮肤表现，诊断为白癜风。白癜风是怎么得的？什么原因引起？怎么治疗？治疗效果如何？能否根治？传染不传染？遗传不遗传？饮食应该注意什么等等？就有关白癜风的问题，下面我们一一给以分解。但在解答上述问题之前，您有必要了解一点正常皮肤的结构和功能。

您知道人体哪个器官最重、最大吗

人体最重、最大的器官不是统管全身运动和感知的大脑，也不是负责消化和吸收的肠胃，而是覆盖在我们身体表面的皮肤！皮肤是我们最直接感触到的人体器官，也是最重和面积最大的人体器官，其重量可占到人体重的14%~16%。把一个成年人的皮肤平铺在地上，其面积可达1.5~2.2m²！每个人全身皮肤的厚度是不均等的，一般而言，在不包括皮下组织的情况下，皮肤的厚度约为0.5~4mm。眼睑、乳部和四肢屈侧等处的皮肤较薄，而掌、跖及四肢伸侧等处的皮肤较厚。不同性别、年龄及职业的人，其皮肤的厚薄程度也不一样，儿童和妇女的皮肤比较细嫩，脑力劳动者的皮

肤通常比体力劳动者的薄，这与环境和物理刺激有关。如农民劳动者，在他们手上还会长老茧。

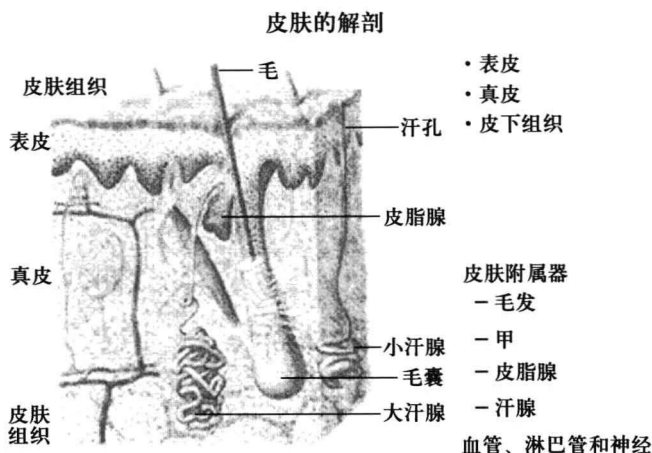
为什么说皮肤是人体的一个重要器官

首先，皮肤位于人体表面，是人体抵御外界侵害的第一道屏障；外界对人体的各种刺激（如冷、热、疼痛）都是通过皮肤中的神经末梢传达给大脑的；皮肤可以通过出汗及皮肤微小血管的血流速度变化来调节体温；皮肤具有一定的吸收功能，医生采用外用药物治疗皮肤病就是利用了皮肤的吸收功能；皮肤还通过分泌汗液、皮脂等来完成排泄功能，所谓排毒。此外，皮肤细胞中，有一种黑素细胞产生的黑素能够抵御紫外线损伤皮肤，使皮肤保持正常肤色。而皮肤通过日光照射可以产生有活性的维生素 D，帮助人体吸收钙元素，预防缺钙等。如黑素细胞发生障碍就会使皮肤颜色发生改变。总之，健康的皮肤对于人体来说是非常重要的。



细说皮肤的组织构成

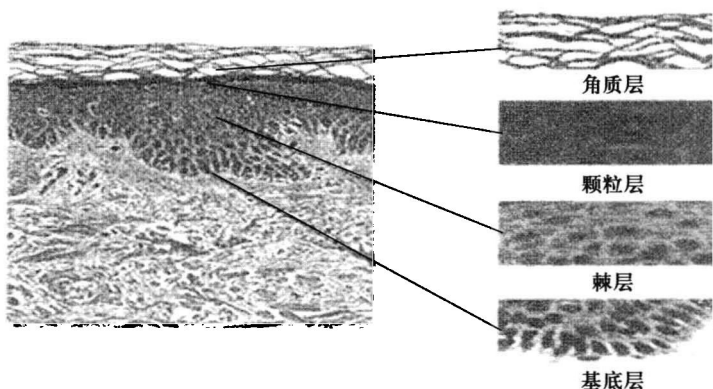
皮肤由表皮、真皮、皮下组织三部分及皮肤附属器即毛发、甲、皮脂腺、大小汗腺组成，并有丰富的神经、血管、淋巴管及肌肉。



表皮由哪些细胞组成

表皮是人体皮肤最外面的一层组织，主要由角质形成细胞和非角质形成细胞两类细胞组成。后者包括黑素细胞、郎格汉斯细胞、默克尔细胞和未定类细胞。黑素细胞受到破坏，减少或消失在白癜风的发病过程中起主要作用。

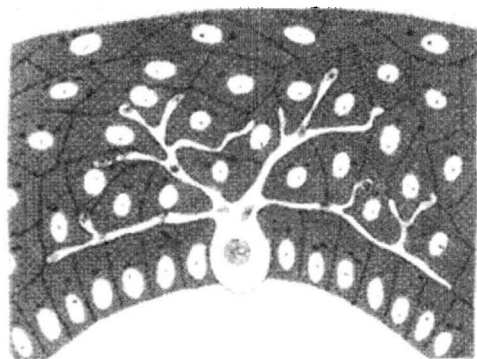
表皮分四层



黑素细胞有多大作用

黑素细胞是合成和分泌黑素的树枝状细胞，起源于神经嵴。黑素细胞位于表皮基底细胞层，在正常皮肤中数目稳定，比例为 4 ~ 10 个基底细胞有一个黑素细胞。角质形成细胞吞噬经黑素细胞树突输送来的黑素，这些黑素颗粒像伞一样覆盖在角质形成细胞的细胞核上，保护其免受紫外线的损伤。黑素细胞的数目随身体部位不同而又所不同，在日光暴露部位，如面部、腋窝、外生殖器部位数目较多。暴露于紫外线后，会促进黑素的形成和运输，产生晒斑。黑素细胞的数目随年龄增长而减少。老年人毛发的毛基质中色

表皮内细胞



黑素细胞

- 位于表皮基底细胞层
- 每个黑素细胞与约 36 个角质形成细胞接触，形成一个表皮黑素单位
- 黑素细胞胞浆中有黑素小体
- 不同种族合成黑素过程有差别
- 黑素颗粒呈伞状分布于细胞核上方阻挡紫外线

素细胞减少，致头发变白。有人皮肤发黑，除了日光照射外，脑下垂体分泌的促黑素细胞素，雌激素，人前列腺素 E_1 、 E_2 均可以促使色素增加。讲到这您明白了吧？黑素细胞的破坏是白癜风的罪魁祸首。

皮肤有哪些功能

人体正常代谢离不开皮肤。皮肤的生理功能包括：感觉功能、保护功能、调节体温、分泌功能、免疫功能和吸收作用。皮肤功能对维持机体内平衡起重要作用。

1. 感觉功能 正常皮肤内有丰富的神经末梢及各种感受器，接受外界刺激，产生冷、热、痛、痒、触、压等感觉。

2. 起保护作用 表皮最外面的一层，叫角质层，很致密、坚韧，对酸、碱等有害化学物质和多种病原微生物等有很好的屏障作用，并可抵抗一般的机械性摩擦和物理性刺激。此外，完整的角质层可防止皮肤内的水分丢失，对保持皮肤润泽弹性有重要作用。当皮肤护理不当，屏障功能受损时，皮肤会出现干燥、过敏等症状。

3. 调节体温 在体温调节中枢的控制下，皮肤通过汗液挥发、血管收缩、流经皮肤血流量等几方面调节体温。当外界温度降低时，皮肤血管收缩，出汗液减少，使得皮肤散热减少，以维持体温恒定。而当外界温度升高时，血管扩张，出汗增加，散热增多，维持体温恒定。

4. 分泌和排泄功能 小汗腺几乎遍布全身，有合成和分泌汗液功能。99% 为水分，汗液挥发时可带走热量，起到调节体温的作用。一般情况下，每天皮肤约产生 500ml 汗液。当环境温度高于 30°C 、如精神紧张、恐惧、进刺激食物时，小汗腺分泌增加，可见大量出汗。另外，参与代谢的还有皮脂腺。皮脂腺可分泌皮脂，主要包括三酯甘油、蜡酯、鲨烯和胆固醇等。皮肤表面的皮脂和汗液可形成一层薄薄的乳化膜，除有滋润皮肤、毛发的作用外，还可抑制皮肤

表面的微生物繁殖。日常生活中，如果过度使用清洁用品，或碱性清洁产品，可造成皮肤表面的乳化膜消失，易产生干燥，敏感或感染。老年人，或皮肤干燥者，因皮脂腺分泌功能减弱，应当补充含脂质的皮肤产品，修护皮肤表面的乳化。

5. 参与代谢功能的 皮肤参与水、电解质、糖、蛋白质、脂类和维生素的代谢。皮肤内合成的蛋白质有纤维蛋白、非纤维蛋白和球蛋白。这些蛋白质对表皮细胞的分裂和分化起重要作用，由于某些皮肤病引起大量鳞屑脱落可致丢失较多蛋白。皮肤内脂类的含量约占皮肤总重量的 3.5% ~ 6%，其中脂肪主要存在于皮下组织，为人体提供必要的能量；类脂包括磷脂、糖脂、胆固醇和固醇酯，主要位于表皮细胞和未成熟的皮脂腺细胞内，是构成生物膜的主要成分。表皮内 7-脱氢胆固醇经紫外线照射后可合成活性维生素 D，有防治软骨病的作用。磷脂对细胞膜的胶体状态和通透性有重要作用。

6. 参与免疫功能的 皮肤是重要的免疫器官，具有防御功能、自稳功能和免疫监视功能，构成皮肤免疫系统。皮肤内免疫活性细胞主要有角质形成细胞、朗格汉斯细胞、淋巴细胞、巨噬细胞、肥大细胞、白细胞和内皮细胞等。角质形成细胞能分泌多种细胞因子，如白介素（IL）等（IL-1，IL-6，IL-7，IL-8），参与皮肤免疫功能的调节，趋化和激活白细胞。朗格汉斯细胞表面有 IgG 受体、补体 C₃b 受体和 IgE 受体，能结合并处理抗原，将抗原信息传递给其他免疫活性细胞，启动免疫应答。

7. 吸收作用 皮肤具有吸收外界物质的能力。吸收途径是角质细胞、皮脂腺、汗腺和毛囊。不同部位、年龄，皮肤吸收能力也有差别，如阴囊吸收能力强，掌跖吸收能力最差。儿童，尤其是婴儿，经皮吸收较成人强。除此外，还与药物的种类、剂型、浓度等有关。

总之，通过对皮肤结构和生理功能的了解，可以对皮肤护理和合理使用外用药物有所帮助。例如，同是白癜风患者，在用药方面应该因年龄不同、发病部位、发病时间、白斑面积的大小和多少等等，在治疗方面有所不同。