

K
健康教育丛书

“健康家园”

——医学科普进万家十年大行动”
全国组委会组织编写



主 编 张文康
副主编 余 靖

瘰 疮

编 著 刘宜群

62

中国中医药出版社

健康教育丛书

62

瘰 疮

编著 刘宜群

中国中医药出版社

·北 京·

图书在版编目(CIP)数据

痤疮 / 刘宜群编著. -2 版. - 北京: 中国中医药出版社, 2005. 1
(健康教育丛书)

ISBN 7-80156-787-0

I. 痤... II. 刘... III. 痤疮 - 基本知识 IV. R758.73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 133659 号

责任编辑: 杜素伟

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦)

电话: 64405750 邮编: 100013)

(邮购联系电话: 84042153 64065413)

印刷者: 河北省欣航测绘院印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 850×1168 毫米 32 开

字 数: 46 千字

印 张: 5

版 次: 2005 年 1 月第 2 版

印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

册 数: 4000

书 号: ISBN 7-80156-787-0/R·787

定 价: 10.00 元

如有质量问题, 请与出版社发行部调换。

HTTP://WWW.CPTCM.COM

再版说明

自 2000 年“健康家园——医学科普进万家 10 年大行动”开展以来，得到了卫生部、国家中医药管理局及各地卫生行政主管部门的高度重视。截止到目前，此项活动开展了近 4 年的时间，各地结合自身情况，分别开展了不同的形式多样的医学科普宣传活动，取得了良好的社会效果。作为此项活动的宣教材料——《健康教育丛书》也得到了广大读者的一致好评。据不完全统计，包括赠阅和销售在内，本套丛书已印制发行 500 余万册，充分证明了广大人民群众对健康教育活动和医学科普知识的需求与渴望。

随着时代的发展，科学技术的发展日新月异，中西医知识亦不断更新，医学科普知识在很多领域的概念和内容也产生了变化，同时出现了一些新的疾病谱，如 SARS 的暴发流行，使人们对传染病的看法，对医



学领域的重视，对人的生命与健康的高度关注等，都产生了深刻的变化，所以修订《健康教育丛书》，使人们对医学科普知识能够耳目一新，是十分必要的。基于以上认识，我们请上百位专家对每一本书都进行了认真的修订，并对有些内容进行了删减，如医院专科、因地址、电话、邮编及增减医院专科等诸多因素，很难给广大读者一个准确的信息，为避免误导读者，决定删除此栏目。因结核病较前发病率明显提高，同时增加了一本《肺结核》。因艾滋病的增长率很快，引起全世界的高度重视，故又增加了一本《艾滋病》。共计 80 种。在修订的过程中，有关院士非常重视，提出了很多好的修订意见，并帮助对有关内容进行认真审定。再此表示衷心的感谢。

希望本套丛书的修订出版能给广大读者带来更新更全的医学科普知识，为您们的健康幸福生活带来有益的帮助！也希望藉此能把“健康家园”活动更深入地开展下去，并把健康科普宣传活动推向新的高潮！

中国中医药出版社

2004 年 12 月

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康,健康与疾病是全社会都非常关注的问题,它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。卫生部和国家中医药管理局领导非常重视这一全社会都非常关注的课题,他们制定的不是重在有病去治,而是无病先防的预防为主的健康工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民同志崇尚科学,大力开展科学知识普及工作等一系列指示精神,及李岚清副总理在全国九亿农民健康教育工作电视电话会议的讲话精神,精心组织策划了“健康家园——医学科普进万家10年大行动”的医学知识普及活动。为了使本次活动有声有色,张文康部长不但亲自担任活动组委会主任,还亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——健康教育丛书。丛书共分78分册,

介绍近百种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药禁忌等防治疾病的知识,并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民的健康意识与身体素质,把健康知识送到每一个家庭。

为保证本套丛书的科学性、权威性、实用性、普及性,组委会邀请数位医学界的科学院院士、工程院院士亲自审定,并出任审定委员会委员。出版本丛书是我们出版社的责任,为了使本丛书长盛不衰,我们准备定期修订,以使每个家庭能经常获得防病治病的新知识,使人人享有健康。



中国中医药出版社

2004年12月

目录

一般知识

什么是痤疮	(3)
痤疮是如何产生的	(4)
痤疮产生的病因及发病机制是怎样的	(6)
什么是皮脂腺	(8)
影响皮脂腺分泌的因素有哪些	(9)
痤疮与皮脂的关系	(11)
痤疮的临床诊断标准	(12)
痤疮的常见分型	(13)
特殊的痤疮类型	(15)
促使痤疮严重的因素	(18)
酒渣样皮炎	(20)
如何对脂溢性皮炎进行诊治	(21)
痤疮与酒渣鼻有何区别	(22)

中医是如何认识痤疮的 (23)

中医是如何对痤疮分型的 (24)

疾病信号

粉刺 (27)

丘疹 (27)

脓疱 (28)

结节 (28)

囊肿 (28)

瘢痕 (29)

色素沉着 (29)

就医须知

就诊科室的选择 (33)

痤疮皮肤处理时应注意的问题 (34)

医院美容专科对痤疮皮肤的治疗程序 (35)

检查须知

- 体格检查 (39)
- 实验室检查 (40)

用药宜忌

- 全身性治疗药 (45)
- 外用药物疗法 (48)
- 常用外用中药 (50)
- 常用内服中药 (52)
- 对瘰疮丙酸杆菌高度敏感的中药 (53)
- 对瘰疮丙酸杆菌中度敏感的中药 (53)

家庭保健

- 瘰疮患者的日常生活调理 (57)

常用防治痤疮的按摩手法	(59)
长青春痘的人可否化妆	(60)
痤疮患者如何清洁皮肤	(61)
痤疮患者的合理饮食	(64)
食物的酸碱性分类	(66)
自制食物面膜	(67)
慎重选择和使用药物性美容护肤品	(69)
搓涂美颜功防治痤疮	(71)
服用酸奶是否可以防治痤疮	(73)
油性皮肤如何保养	(74)
为什么洗脸方法不当会加重粉刺	(76)

预后康复

痤疮的预防	(81)
中医防治痤疮的原理	(83)
中医治疗痤疮的常用方法	(84)
如何用中药外用药对痤疮进行分型治疗	(88)
治疗痤疮的常用穴位	(90)
防治痤疮美容按摩方法	(92)

如何使用痤疮针进行痤疮处理	(93)
可用于治疗痤疮的物理疗法有哪些	(95)
如何对痤疮做到对症治疗	(97)
如何用皮肤磨削术去除痤疮遗留的疤痕 ...	(98)
常用防治痤疮的果蔬有哪些	(99)

新技术新方法

针刺方法	(103)
耳背放血疗法	(104)
耳针放血疗法	(104)
耳穴割治敷药法	(105)
五脏俞穴点刺放血疗法	(105)
耳穴压豆疗法	(106)
刺络拔罐疗法	(107)
耳穴埋针疗法	(107)
颈穴疗法	(108)
封闭疗法	(109)
CO ₂ 激光打孔法	(109)
超声波导入治疗	(110)

气功疗法	(111)
暗示疗法	(112)
气功按摩疗法	(113)
自血疗法	(115)
穴位埋线疗法	(116)
淋巴引流按摩法	(117)

新药特药

魔芋精粉葡甘聚糖	(123)
仙方玉容膏	(124)
克痤灵丸	(125)
益母草浸膏	(126)
参黄宝胶囊	(127)

常用药

维生素 B ₆ 霜	(131)
常用美容验方	(132)

关键词索引

..... (135)

一般知识

健康需知识
医理是真知



什么是痤疮

痤疮又名粉刺、酒刺、青春痘。多见于青春期男女，发病率较高，约占青春发育期青年人的 1/3，是青春期常见的面部皮肤疾病，是青年人美容的大敌。

痤疮的特点是颜面及胸背散在发生针尖或米粒大小的皮疹，或见黑头，能挤出粉渣样物。初起皮疹为芝麻到绿豆大小，与肤色相同或红色，顶端日渐呈现黑头，可挤压出黄白色粉渣，易遗留凹陷疤痕。皮疹散在分布，部分患者皮疹扩大成黄豆或蚕豆大小，呈暗红色，消退后形成瘢痕疙瘩。