



① 皮肤及治疗常识篇

一、了解你的皮肤

1. 肉眼看皮肤
2. 皮肤的生理功能
3. 皮肤是人体最大的免疫器官
4. 日光与皮肤
5. 皮肤衰老

二、了解皮肤病的病因和症状

1. 皮肤病的病因有哪些
2. 皮肤病的症状有哪些
3. 痒是怎么回事

三、皮肤病治疗中的一些问题

1. 抗组胺药及其选择
2. 皮质激素类药物的优缺点
3. 其他常用的治疗皮肤病药物
4. 皮肤病的外用药物有哪些类型
5. 如何选择外用药
6. 物理治疗和皮肤外科治疗

② 皮肤疾病常识篇

一、变态反应性皮肤病

1. 湿疹是怎么回事
2. “过敏”早知道
3. 家庭主妇常患什么样的皮肤病
4. 耳朵流脓时为什么容易引起皮肤过敏
5. 药物性皮炎是怎么回事
6. 服用药物时如何防治
7. 过敏性休克如何救治

二、细菌性皮肤病

1. 夏季常见的皮肤病

美容与皮肤病防治

专家谈皮肤

李干群 文海泉 主编
湖南科学技术出版社



专家谈**皮肤**
美容与皮肤病防治

◎主 编 李干群 文海泉
◎编 者 周英 张静
陈静 梁云生

K 湖南科学技术出版社

家庭保健丛书 4

专家谈 皮肤美容与皮肤病防治

主 编：李干群 文海泉

责任编辑：龚绍石 鲍晓昕

出版发行：湖南科学技术出版社

社 址：长沙市湘雅路 280 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系：本社直销科 0731-4375808

印 刷：长沙市银北盛印务有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址：长沙市岳麓区观沙岭

邮 编：410013

出版日期：2004 年 7 月第 1 版第 1 次

开 本：787mm×1092mm 1/32

印 张：5

字 数：101000

书 号：ISBN 7-5357-4014-6/R·915

定 价：9.50 元

(版权所有·翻印必究)

前言

古人云，“皮之不存，毛将焉附。”这从一个侧面反映了皮肤在人体中的重要性。诚然，皮肤是我们身体最外层的器官，它是人们装扮亮丽从而获得自信所必需的重要“面子”，也是反映机体健康与否的一面镜子，是青春与活力的象征。试想，拥有一身光洁无瑕的皮肤是多么值得自豪！同时，保持健康的肌肤，能使我们更好地抵御外来的各种侵袭，减少由于皮肤疾患而导致的各种内脏器官的损伤。另外，由于人体各内脏器官与皮肤有着千丝万缕的联系，内脏器官的各种疾患或多或少要反映到皮肤表面。例如：内脏恶性淋巴瘤在皮肤上可出现结节、斑块等损害；皮肤上新近发生的小小的一颗痣，也可能是某些内脏疾病发作的表现。因此，如果能及时发现皮肤上的某些疾病信号，就能做到有病早治，无病早防。事实上，这也是我们编写这本书的主要宗旨和目的。

《爱护自己的面子》共分四篇。第一篇主要介绍皮肤的一些基本知识，如皮肤的解剖、生理知识，皮肤病的一些常见症状和体征，皮肤的美容与健康以及治疗皮肤病的常见药物简介。主要使读者对皮肤及皮肤疾病的发生与防治有一个总的纲领性的了解。第二篇主要介绍一些常见的、多发的皮肤疾病的临床表现、诊断、预防及治疗，特别侧重于皮肤病的预防与治疗，使读者在了解某些疾病后能针对性地采取防范措施。本篇对老年性皮肤病、婴幼儿皮肤病以及皮肤良性、恶性肿瘤特别予以重视，有关介绍更加详尽。第三篇着重介绍皮肤美容，指导读者如何保护

自己皮肤，如何科学养颜，如何使皮肤永葆青春亮丽等等。第四篇主要列出治疗皮肤病的内、外用药，以供读者在遇到相关问题时参考。

本书在编著过程中参考了大量的国内外科学书籍与文献，也得到许多专家、教授的指点与首肯，其内容翔实，具有很高的权威性和科学性。

本书得到湖南科学技术出版社的大力支持，中南大学湘雅二医院皮肤科全体老师在编写过程中给予了很大的帮助，在此一并致谢！

编者

2002年12月1日

目录

皮肤及诊疗常识篇/1

一、了解你的皮肤/1

1. 肉眼看皮肤/1
2. 皮肤的生理功能/3
3. 皮肤是人体最大的免疫器官吗/5
4. 日光与皮肤/6
5. 皮肤衰老/8

二、了解皮肤病的病因和症状/9

1. 皮肤病的病因有哪些/9
2. 皮肤病的症状有哪些/13
3. 痒是怎么回事/14

三、皮肤病治疗中的一些问题/15

1. 抗组胺药及其选择/15
2. 皮质类固醇激素的优缺点/16
3. 其他常用的治疗皮肤病药物/18
4. 皮肤病的外用药物有哪些类型/19
5. 如何选择外用药/20
6. 物理治疗和皮肤外科治疗/21

皮肤疾病常识篇/23

一、变态反应性皮肤病/23

1. 湿疹是怎么回事/23
2. “奶癣”早知晓/26
3. 家庭主妇常患什么样的皮肤病/27
4. 耳朵流脓时为什么容易引起皮肤过敏/29
5. 药物性皮炎是怎么回事/29
6. 乱用药物坏处多/32
7. 过敏性休克如何救治/33

二、细菌性皮肤病/34

1. 夏季须防脓疱病/34
2. 生疔子有什么后果/36
3. 丹毒该如何处理/37
4. 皮肤也有“结核”吗/38

三、病毒性皮肤病/40

1. 了解病毒和病毒性皮肤病/40
2. 得了风疹怎么办/42
3. “蜘蛛丹”可不可怕/43
4. 如何防治水痘/44
5. “瘰子”治疗办法多/46

四、真菌性皮肤病/47

1. 真菌的喜好/47
2. 癣子如何防治/48
3. “烧裆”是怎么回事/49
4. 灰指甲不需要治疗吗/51
5. 香港脚的防治原则/52
6. 您了解念珠菌阴道炎吗/55

五、皮肤附属器疾病/58

1. “青春痘”是怎样得的/58
2. “鬼剃头”如何治疗/60
3. “谢顶”与那些因素有关/62
4. “狐臭”应如何处理/63

六、动物性及物理性皮肤病/64

1. 疥疮有什么特点/64
2. 隐翅虫皮炎是怎么来的/66
3. 蝎子蛰伤怎么办/67
4. 生疔子会带来什么后果/68
5. 冬季到来防冻疮/69
6. 夏日炎炎防晒伤/70

七、色素障碍性皮肤病/71

1. 白癜风为什么难治/72

2. 黄褐斑与哪些因素有关/74
3. 色素痣要紧吗/75
4. 色素痣恶变有哪些征兆/76
5. 必须重视的恶性黑色素瘤/78

八、结缔组织疾病/79

1. 什么是结缔组织病/79
2. 红斑狼疮是不治之症吗/80
3. 得了红斑狼疮生活上要注意哪些问题/83
4. 怎样在医生的指导下治疗系统性红斑狼疮/84
5. 肌肉酸软早就医/85
6. 系统性硬化病的危害/87

九、血管性皮肤病/89

1. 皮肤紫斑要警惕/90
2. 过敏性紫癜有哪些表现/90
3. 中、青年女性好发的结节性红斑/92
4. 口腔溃疡原因不少/93

十、皮肤肿瘤/95

1. 什么是蕈样肉芽肿/95
2. 皮肤溃烂要早治/96
3. 老年斑不可小视/98
4. 瘢痕疙瘩大意不得/99

5.怎样治疗皮肤血管瘤/100

十一、其他/102

1.“牛皮癣”是怎么回事/102

2.老年人为什么常有皮肤瘙痒/104

3.天疱疮是一种什么样的皮肤病/106

4.必须重视红皮病/108

皮肤美容保健篇/110

一、美容的概念、范畴和分类/110

二、医学与美容/111

三、皮肤和皮肤美/113

1.肤色/114

2.弹性/115

3.细腻/115

4.光泽/115

5.滋润/116

四、皮肤的生长发育和衰老/116

五、延缓衰老、保持青春/117

六、食物与美容/119

七、除皱追青春/121

八、护肤与美容/123

- 九、如何根据自己的皮肤特点进行护理/125
- 十、老年人、婴幼儿皮肤护理注意事项/126
- 十一、化妆品的选择应注意哪些问题/126
- 十二、手和甲的健美/127
- 十三、毛发的生长代谢/128
- 十四、毛发的结构和特性/130
- 十五、做一个完美发型/131
- 十六、护理好您的秀发/132
- 常用皮肤病药物篇/135
 - 一、系统用药/135
 - 1. 抗细菌类/135
 - 2. 抗真菌类/137
 - 3. 抗病毒类/137
 - 4. 抗组胺类/138
 - 5. 免疫抑制剂/139
 - 6. 糖皮质激素类/139
 - 7. 维生素类/140
 - 8. 其他/141
 - 二、外用药制剂/141
 - 1. 止痒剂/141

2. 抗菌剂/142
3. 抗真菌剂/142
4. 抗病毒剂/142
5. 甾体抗炎剂/142
6. 清洁剂/143
7. 保护剂/143
8. 杀虫剂/144

皮肤及诊疗常识篇

一、了解你的皮肤

1. 肉眼看皮肤

皮肤位于人体表面，是人体最大的器官，其质量约占体重的16%，把皮肤展开，其面积成人约为1.5~2m²，新生儿约0.21m²。

皮肤是人体的第一道防线，它不但具有多种重要的功能，而且皮肤的状态在一定程度上可反映出人体的健康状况，也与医学美容密切相关。随着生活水平的提高和爱美意识的增强，人们越来越重视皮肤的健康。

用肉眼看皮肤，可见皮肤表面有很多皮嵴、皮沟，皮嵴部位常见许多凹陷的小孔，称为汗孔，是汗腺导管开口的部位。由于皮肤组织中的纤维的排列和牵引，在皮肤表面形成了皮沟，这在手背、颈、项等处最为清楚。在手指及足趾末端屈面，皮肤的沟嵴排列特殊而形成了指纹，由于每个人的指、趾纹各异，在刑侦学和遗传学上有重要意义。

由于皮肤纤维排列影响，皮肤具有一定方向的张力线，即Langer线。外科手术时，按此线的方向切开皮肤，皮肤切口的宽度小，反之则皮肤切口宽度较大，易产生较明显的瘢痕。

皮肤颜色因人而异，肤色主要与遗传有关，和年龄、

环境因素、工作性质等也有密切关系。每个人不同部位的皮肤颜色也深浅不一。决定皮肤颜色的因素主要是皮肤内色素的含量及皮肤的厚薄。薄的表皮易显示出真皮乳头血管内血液的颜色，肤色白里透红，而表皮特别是角质层，颗粒层增厚，透光性差，则皮肤颜色发黄。

皮肤厚度各人不同，不同部位的厚度也不相同，不包括皮下脂肪层通常为0.5~4mm，眼睑、外阴、乳房等部位皮肤最薄，而掌跖部皮肤特别是脚后跟皮肤最厚。儿童皮肤较成人薄，而四肢、躯干部皮肤伸侧较屈侧为厚。

此外，皮肤尚有一些附属器官，包括皮脂腺、大汗腺、小汗腺、毛发、毛囊和甲。

头发是上帝赐予女性的王冠，一头浓密秀美的头发是女性所企盼的。实际上毛发可分为深入皮肤内的毛根和露出皮面的毛干，毛根末端膨大如葱头状，称为毛球。毛发可分为硬毛和毳毛。硬毛粗硬，颜色较深，有髓质。而毳毛细软，颜色较淡，无髓质，主要分布于面部、四肢和躯干。硬毛又可分为长毛如头发、胡须、腋毛、阴毛，短毛如眉毛、睫毛、鼻毛等。毛发的生长有一定的周期性，主要与毛囊的周期性有关，一般分为生长期、退行期和休止期。据报道人类头发85%以上处于生长期，仅约1%处于休止期，故正常人每天亦有脱发，但一般不超过100根。

皮脂腺分布很广，但以头、面、腋和躯干中央部分最多，这些部位又称皮脂溢出部位。皮脂腺多开口于毛囊，它是全浆分泌腺，即整个皮脂腺细胞破裂，将内容物排入毛囊，然后分布于皮肤表面，在皮表形成一层乳脂膜，润泽皮肤和毛发。

小汗腺分布以掌跖部最多，其次为面、额和躯干，小汗腺的分泌主要受神经和温度影响，它分泌的汗液主要起

散热降温作用，同时由于掌跖皮肤无皮脂滋润，汗液可湿润掌跖皮肤，冬季汗液分泌减少，由于活动牵拉，当掌跖皮肤患皮肤病致皮肤弹性减低时，易出现掌跖皲裂。

大汗腺是人体的一个退化的腺体，仅分布于腋、乳晕、外阴、脐等处。大汗腺是一种顶浆分泌腺，开口于毛囊，它分泌一种黏稠的奶样液体。每个人有不同的体臭，嗅觉灵敏的警犬即据此来辨认罪犯。大汗腺的分泌与体臭密切相关，当大汗腺分泌的黏稠奶样液体被细菌酵解可产生特殊臭味即腋臭。

甲位于指趾端的伸面，由致密而坚实的角质组成，呈半透明状，扁平而有弹性。甲板分为甲体和甲根，甲体为甲床，甲根下为甲母质。甲床受损可致甲板不平整规则，而甲母质受损则可致不长甲。甲除可保护其下的皮肤外，尚可帮助手指完成一些精细动作，同时甲在美容中有一定的地位，美甲已在一部分女性中流传并逐渐形成一种时尚。

2. 皮肤的生理功能

为什么大面积烧伤很容易引起患者死亡呢？因为大面积皮肤损伤导致患者皮肤许多重要功能的丧失，进而导致一系列严重情况，如休克、败血症等而引起患者死亡。那么皮肤有哪些重要的生理功能呢？它包括皮肤的屏障作用、吸收作用、体温调节作用、分泌排泄作用、感觉作用等，且皮肤是机体一个重要的免疫器官，具有重要的免疫功能。

皮肤位于体表，是人体重要的屏障。作为屏障，它可以保护体内各种器官和组织免受外界各种机械的、物理的、化学的和生物的危害因素的损伤，又可以防止组织内

各种营养物质、电解质和水分的丢失。

皮肤由表皮、真皮和皮下组织组成，它们共同形成一个完整的整体。表皮由多层鳞状上皮细胞紧密结合而成，鳞状细胞通过桥粒而互相连接。表皮最外层为角质层，该层细胞已无细胞核，由十几层细长、充满角蛋白的角质层细胞一层紧挨一层构成，它在皮肤的屏障功能中发挥了十分重要的作用。表皮和真皮相结合处呈波形曲线，表皮以表皮突伸入真皮，真皮则以乳头似手指状伸入表皮。表皮最里一层的基底细胞以半桥粒将自身牢牢钉在基底膜带上，而真皮则有許多细小的纤维似锚一样紧紧钩住基底膜带，这样表皮和真皮就形成了一个整体密切相连。如上述连接出现异常，就会引起一些重要的皮肤病如天疱疮、大疱性类天疱疮。真皮中含有大量的成束的胶原纤维，还有网状纤维、弹性纤维、血管、淋巴管、神经、肌肉和皮肤附属器官如毛囊、皮脂腺、小汗腺、大汗腺等，在上述结构中充满了无定形的基质。在真皮下为脂肪组织。正常的皮肤坚韧、柔软，有一定的张力和弹性，对外界的各种机械性刺激如摩擦、牵拉、挤压、冲撞均有一定的防护能力，对其他的物理、化学和生物损伤亦具有一定的防护作用。真皮内的小汗腺分泌汗液，其分泌量的多少与体内外温度密切相关，也受精神和饮食因素的影响，汗液除了润泽皮肤特别是掌跖皮肤和散热降温外，也可排泄一些废物，保持电解质平衡，以替代肾脏的部分功能。皮脂腺所分泌的皮脂除润泽皮肤、毛发外，尚可抑制表皮一些病原微生物的生长。皮肤不断通过对外界环境的感受，向体温调节中枢传递环境温度的相关信息，机体则通过调节皮肤血流量和汗液排泄量来进行体温调节。皮肤内还分布有感觉神经及运动神经，感受器广泛分布于表皮、真皮、皮下

组织内，以感受触觉、冷觉、热觉、痛觉、压觉、痒觉等，通过感受体内外的各种刺激，引起相应的神经反射，趋利避害，维护机体的健康。

3. 皮肤是人体最大的免疫器官吗

免疫功能是人体的重要功能之一，正常的免疫功能可协助机体抵抗外来病原微生物的侵袭、清除异己物质、监视自身突变的细胞并及时清除之。当人体正常免疫功能受到破坏，身体抵抗力降低，就容易受到各种病原微生物的攻击而引起各种感染性炎症或不能及时清除自身突变的细胞而易于发生癌症，如艾滋病患者。

皮肤不但是机体与外界环境的屏障。同时，在许多免疫性疾病中，皮肤是免疫反应的靶组织。如患者躯干四肢包括口腔的皮肤黏膜起疱、易破的天疱疮，即是患者血液中的自身抗体与表皮抗原发生反应引起表皮棘细胞层松懈而发生水疱。红斑狼疮患者的皮肤红斑亦是血液中自身抗体与自身组织发生反应的结果。近年来的研究表明，皮肤不但是免疫反应的靶组织，其本身也主动参与启动和调节皮肤相关的免疫反应。皮肤内的许多细胞和体液成分包括许多细胞因子，参与了免疫反应的各个环节，而组成了所谓的皮肤免疫系统。因此皮肤在免疫反应特别是与皮肤相关的免疫反应中，发挥重大的作用，是一个十分重要的免疫器官。

随着研究的深入，人们对皮肤免疫的一些问题逐渐有了较多的了解。在有关皮肤免疫的反应中，皮肤中的郎格汉斯细胞、角质形成细胞、组织巨噬细胞、肥大细胞、血管内皮细胞及T淋巴细胞、单核细胞、粒细胞、树突状细