

ZHIYIXING
PIYAN JI
BINGFAZHENG
FANGZHI

脂溢性皮炎及 并发症防治

杨玺◎编著



皮肤健美的标准

皮肤的五大功能

皮肤最喜欢的食物

中医对脂溢性皮炎的分型



金盾出版社

脂溢性皮炎及并发症防治

23/12

杨 玺 编著

金盾出版社

内 容 提 要



本书简要介绍了脂溢性皮炎的定义、临床表现、病理、病因、基础检查及临床诊断等基础知识。重点阐述了脂溢性皮炎的防治方法,包括西药治疗、中医药治疗、饮食调养、预防及康复。其内容科学实用,深入浅出,适合大众阅读。

图书在版编目(CIP)数据

脂溢性皮炎及并发症防治/杨玺编著. —北京:金盾出版社, 2018. 12

ISBN978-7-5186-1545-2

I. ①脂… II. ①杨… III. ①皮脂溢性皮炎—诊疗 IV. ①R758.73

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 235937 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

双峰印刷装订有限公司印刷、装订

各地新华书店经销

开本:850×1168/32 印张:5.25 字数:100千字

2018年12月第1版第1次印刷

印数:1~5000册 定价:16.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



脂溢性皮炎是多发病、常见病,是多发生于皮脂腺较丰富部位的一种慢性皮肤炎症,常自头部开始向下蔓延,典型损害为暗黄红丘疹或斑片,边缘清楚,表面被覆油腻性鳞屑或痂皮,伴有不同程度的瘙痒。

脂溢性皮炎的病程长,时轻时重,可继发脂溢性脱发、脂溢性痤疮及酒渣鼻等病变。

脂溢性脱发发生于头部的脂溢性皮炎,由于大量的嗜脂性真菌和头螨的寄生和活动,使毛囊被破坏,最终导致脱发。

脂溢性痤疮由于面部及其他部位的脂溢性皮炎导致痤疮丙酸杆菌、卵圆形糠秕孢子菌和白色葡萄球菌的感染,毛囊内的痤疮丙酸杆菌分解皮脂中的三酰甘油,产生非酯化脂肪酸,刺激毛囊壁及其周围组织产生

痤疮。

酒渣鼻是因面部脂溢性皮炎扩展至鼻部,引起真菌和嗜脂性蠕形螨的大量寄生和对皮肤的损害,导致鼻部皮脂腺分泌和皮肤代谢发生异常,使鼻子发红、丘疹和肿大,而诱发酒渣鼻的产生。

为了使广大群众,尤其是脂溢性皮炎患者进一步了解、掌握有关脂溢性皮炎防治方面的知识,我们精心编写了这本《脂溢性皮炎及并发症防治》一书,奉献给广大读者,希望能成为广大群众,尤其是脂溢性皮炎及并发症患者的益友。

本书是笔者在结合 30 余年临床工作经验的基础上,并参阅大量科普文献编著而成。其内容深入浅出、通俗易懂、防治结合、以防为主、重点突出。在写作方面力求集科学性、知识性、趣味性、实用性于一体。然而,由于笔者水平所限,缺点、错误在所难免,敬请读者不吝指正。

作 者



目 录

一、皮肤的一般常识与保养

(一)皮肤的一般常识	(1)
1. 皮肤的结构	(1)
2. 皮肤的五大功能	(2)
3. 皮肤——人体的第一道防线	(3)
4. 皮肤的分类及其表现	(4)
5. 人体的最大器官——皮肤	(5)
(二)皮肤的保养	(6)
1. 皮肤健美的标准	(6)
2. 皮肤保养男女有别	(7)
3. 怎样从饮食上保养皮肤	(9)
4. 皮肤最喜欢的食物	(10)
5. 抗皮肤衰老的方法	(11)
6. 延缓皮肤老化,减少岁月留痕	(13)
7. 中老年人皮肤保健“三不一慎”	(15)
8. 老年人的皮肤更要保养	(16)
9. 油性皮肤需特别护理	(17)



10. 油性皮肤老得慢吗 (18)
11. 冬季皮肤病用药选“油性的” (19)

二、脂溢性皮炎的概述

1. 什么是脂溢性皮炎 (21)
2. 脂溢性皮炎的原因 (22)
3. 什么因素可导致脂溢性皮炎 (23)
4. 脂溢性皮炎病理改变 (24)
5. 脂溢性皮炎的症状 (25)
6. 面部脂溢性皮炎的症状 (26)
7. 头部脂溢性皮炎的症状 (27)
8. 干性脂溢性皮炎的症状 (28)
9. 什么是婴儿脂溢性皮炎 (28)
10. 婴儿脂溢性皮炎的症状 (29)
11. 婴儿脂溢性皮炎分类 (30)
12. 如何确诊自己患脂溢性皮炎 (31)
13. 脂溢性皮炎与其他疾病的区别 (31)
14. 接触性皮炎与脂溢性皮炎的区别 (33)
15. 外阴皮肤脂溢性皮炎易与哪些疾病混淆 (34)
16. 脂溢性皮炎遗留的白斑与白癜风如何区别 (35)
17. 脂溢性皮炎的危害 (35)
18. 脂溢性皮炎饮酒的危害 (36)





三、脂溢性皮炎的防治

(一)脂溢性皮炎的预防	(37)
1. 春季预防脂溢性皮炎	(37)
2. 夏季预防脂溢性皮炎缠身	(38)
3. 秋季预防脂溢性皮炎	(39)
4. 善用维生素预防脂溢性皮炎	(40)
(二)脂溢性皮炎的治疗	(42)
1. 脂溢性皮炎的保养	(42)
2. 脂溢性皮炎患者应注重生活习惯	(42)
3. 脂溢性皮炎的护理	(44)
4. 小儿脂溢性皮炎的治疗	(45)
5. 婴儿脂溢性皮炎的家庭护理	(46)
6. 脂溢性皮炎食疗注意事项	(47)
7. 脂溢性皮炎综合治疗	(48)
8. 干性脂溢性皮炎的治疗	(49)
9. 脂溢性皮炎不及时治疗会有哪些危害	(49)
10. 脂溢性皮炎治疗时的注意事项	(50)
(三)脂溢性皮炎的西医用药	(51)
1. 脂溢性皮炎的常用药物	(51)
2. 螺内酯治疗脂溢性皮炎	(54)
3. 外阴皮肤脂溢性皮炎西医治疗方法	(54)
4. 脂溢性皮炎要规范用药治疗	(55)



(四)脂溢性皮炎的中医中药分型治疗	(56)
1. 脂溢性皮炎中医分型	(56)
2. 脂溢性皮炎的分型论治	(57)
3. 中药汤剂治疗脂溢性皮炎	(58)
4. 脂溢性皮炎的中药小偏方	(61)
5. 辨证选方	(64)
6. 外治法	(64)
7. 脂溢性皮炎的中成药治疗	(65)
8. 外阴皮肤脂溢性皮炎的中医治疗	(65)
9. 脂溢性皮炎的针灸及穴位注射治疗	(66)

四、脂溢性脱发的防治

(一)脂溢性脱发的一般常识	(67)
1. 何为脂溢性脱发	(67)
2. 解剖脂溢性脱发	(68)
3. 脂溢性脱发多为哪些群体	(69)
4. 引起脂溢性脱发的其他原因	(70)
5. 雄激素与脂溢性脱发的关系	(71)
6. 脂溢性脱发的中医病因	(72)
7. 脂溢性脱发的发病机制	(73)
8. 脂溢性脱发的症状和前兆	(74)
9. 脂溢性脱发的症状表现	(75)
10. 脂溢性脱发的分类	(76)





11. 脂溢性脱发的不同发展时期	(76)
12. 脂溢性脱发的分级	(77)
13. 脂溢性皮炎病情的分析判断	(77)
14. 脂溢性脱发的辅助检查	(78)
15. 脂溢性脱发与神经性脱发的区分	(78)
16. 脂溢性脱发是永久性的吗	(79)
17. 脂溢性脱发的危害	(80)
(二)脂溢性脱发的防治	(81)
1. 预防脂溢性皮炎转变成脱发	(81)
2. 预防脂溢性脱发 10 个秘诀	(82)
3. 预防脂溢性脱发的食疗方法	(84)
4. 脂溢性脱发的一般治疗	(86)
5. 脂溢性脱发“去油”是关键	(86)
6. 脂溢性脱发的手术治疗	(88)
(三)脂溢性脱发的药物治疗	(88)
1. 治疗脂溢性脱发的常用药物	(88)
2. 脂溢性脱发可用降压药吗	(90)
3. 硫黄香皂或硫黄洗头膏治疗脂溢性脱发	(91)
4. 螺内酯治疗脂溢性脱发	(92)
5. 中医防治脂溢性脱发	(93)
6. 治疗脂溢性脱发验方	(94)
7. 脂溢性脱发的中药外治	(95)
8. 女性脂溢性脱发的治疗	(96)
9. 治疗女性脂溢性脱发的偏方	(97)



(四) 脂溢性脱发的调养	(97)
1. 脂溢性脱发的日常调理	(97)
2. 脂溢性脱发的饮食调理	(99)
3. 脂溢性脱发的食疗方及外用方	(101)
4. 脂溢性脱发的护理	(103)
5. 脂溢性脱发患者注意事项	(106)

五、脂溢性痤疮的防治

(一) 脂溢性痤疮的一般常识	(108)
1. 什么是脂溢性痤疮	(108)
2. 脂溢性痤疮的成因	(109)
3. 脂溢性痤疮临床症状	(110)
4. 脂溢性痤疮的常见类型	(110)
5. 正确辨别脂溢性皮炎与痤疮的差别	(111)
6. 脂溢性痤疮的分级	(112)
(二) 脂溢性痤疮的防治	(112)
1. 如何预防脂溢性痤疮	(112)
2. 预防脂溢性痤疮的六部曲	(113)
3. 脂溢性痤疮患者日常注意事项	(114)
4. 脂溢性痤疮患者要忌口	(115)
5. 脂溢性痤疮的分级治疗	(116)
6. 治疗脂溢性痤疮的三大方案	(116)
7. 脂溢性痤疮的西药治疗	(118)





- 8. 脂溢性痤疮的西药外用治疗 (120)
- 9. 脂溢性痤疮千万不要乱用药 (123)
- 10. 脂溢性痤疮的物理疗法 (124)
- 11. 脂溢性痤疮的中医辨证治疗 (125)
- 12. 中药治疗脂溢性痤疮 (127)

六、酒渣鼻的防治

- (一) 酒渣鼻的一般常识 (129)
 - 1. 什么是酒渣鼻 (129)
 - 2. 酒渣鼻和酒糟鼻一样吗 (130)
 - 3. 脂溢性皮炎与酒渣鼻是一回事吗 (131)
 - 4. 酒渣鼻患者莫忽视头皮脂溢性皮炎 (132)
 - 5. 酒渣鼻的其他原因 (132)
 - 6. 酒渣鼻不是喝出来的 (134)
 - 7. 哪些人易患酒渣鼻 (134)
 - 9. 酒渣鼻的临床分期 (135)
- (二) 酒渣鼻的防治 (137)
 - 1. 正确清洁面部可防酒渣鼻 (137)
 - 2. 酒渣鼻的预防护理 (138)
 - 3. 怎样治疗酒渣鼻 (139)
 - 4. 酒渣鼻的全身治疗 (140)
 - 5. 酒渣鼻的综合治疗 (141)
 - 6. 酒渣鼻西医治疗方法 (142)



7. 手术治疗酒渣鼻	(144)
8. 酒渣鼻的分期治疗	(145)
9. 酒渣鼻不同时期的治疗攻略	(145)
10. 中药方剂治疗酒渣鼻	(147)
11. 酒渣鼻的中医外治	(150)
12. 酒渣鼻的穴位疗法	(151)
(三) 酒渣鼻的日常保健	(152)
1. 酒渣鼻的基本护理方法	(152)
2. 起居饮食防酒渣鼻	(153)
3. 酒渣鼻患者的饮食宜忌	(153)
4. 酒渣鼻的食疗方	(154)
5. 酒渣鼻患者应该远离酒精	(155)





一、皮肤的一般常识与保养

(一)皮肤的一般常识

1. 皮肤的结构

皮肤是人体最大的器官。皮肤由表皮层、真皮层、皮下组织三部分组成。皮肤内还有许多毛发、爪甲、皮脂腺、小汗腺、大汗腺、血管、淋巴管、肌肉及神经组织等(图1)。

(1)表皮:表皮在皮肤的最外层。在外侧是角质层,最里面的一层是基底层。基底层的基底细胞具有较强的分生能力,每隔12天分裂一次,并逐渐向表层推移和分化,递变为表皮的各层细胞,最后变成角质层,这个过程一般需要28天左右。角质层的细胞逐渐老化脱落。

新生儿的皮肤角质层发育不完善,只有2~3层角化的细胞,细胞彼此的连接也不紧密,因此防御功能差,对外界刺激的抵抗力弱,很容易受伤和发生感染。

(2)真皮层:真皮乳头像手指状伸入表皮,两者之间犬牙交错,牢固地镶嵌在一起。真皮主要由结缔组织构成,其中尚有丰富的血管、淋巴管及毛发、皮脂腺、汗腺及肌肉。真皮分为乳头层及网状层。



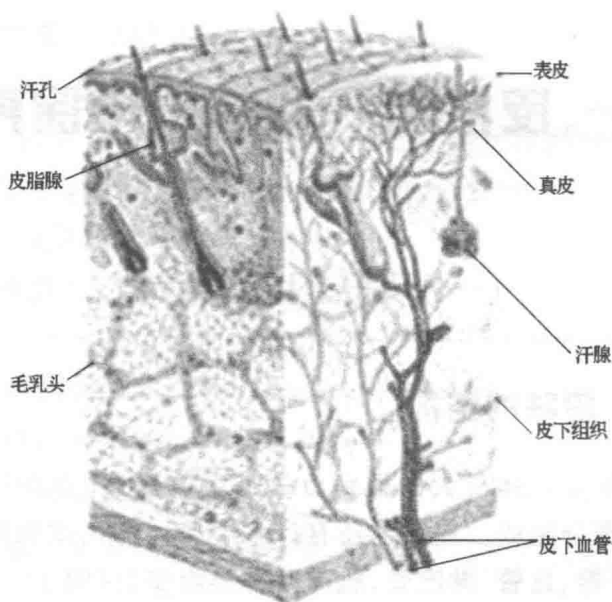


图1 皮肤的结构图

(3)皮下组织:从真皮下部延续而来,由疏松的结缔组织及脂肪小叶构成。皮下脂肪层既是储藏能量的仓库,又是热的良好绝缘体,还可缓冲外来的冲击,保护内脏器官。

(4)皮肤的内含组织:包括毛发、爪甲、皮脂腺、汗腺皮肤的平滑肌、血管、淋巴管及神经等。

2. 皮肤的五大功能

皮肤是人体最外层组织,也参与全身的功能活动,维持人体和外界环境的对立统一,保障机体的健康。皮肤有着以





下重要功能。

(1)屏障功能:皮肤能保护机体免受各种外界损伤。能避免细菌等微生物的伤害,能阻止营养物质、电解质和水分的流失。

(2)感觉功能:皮肤可以感知并传导触觉、痛觉、冷觉、温觉、压痛五种基本感觉,以及形体、潮湿、干燥、软硬等各种复合感觉。皮肤内分布着许多神经,它控制着皮肤血管的收缩、扩展及汗腺的分泌。皮肤还能发生多种神经反射,以保护机体不受外界伤害。

(3)调节体温功能:皮肤是机体调节体温的重要器官,它主要以辐射、对流、蒸发和传导四种方式进行工作。

(4)吸收功能:皮肤的吸收功能不仅对维护身体健康是不可或缺的,也是现代皮肤美容学中皮肤护理和保健,以及皮肤病治疗的理论依据。

(5)分泌和排泄功能:主要通过汗腺和皮脂腺囊发挥这一重要功能,皮肤的排泄作用有类似肾脏的部分排泄功能,皮脂腺能分泌皮脂,具有形成皮脂膜和润滑皮肤及毛发的作用。

3. 皮肤——人体的第一道防线

每个人都是一座独立的城,外界的各种敌人都千方百计想侵略进去。人体便设计了许多许多的结构和功能来防御敌人的进攻。而最外面的皮肤就是人体设置的第一道防线。

皮肤把我们从头到脚包围起来,直接与外界环境打交道,难怪有人曾给它以“人体的万里长城”的美誉。

这道防线的最厚处是手掌和脚底。最薄处是眼皮,只有



半毫米。别看这道防线只有那么薄薄的一层,但还可以把它分出层来。

最外面的,我们给它取名叫表皮。表皮的最表面为角质层。在这里常有表层细胞到了一定的时候就像落叶一样自然掉下来,这就是白花花的皮屑。手掌和脚底经常受磨擦,外面的这层皮越磨越厚,就形成了老茧。手掌和脚在水里泡久了,皮肤会发皱发白,那就是表皮外面那层中的水分增加了,在抗议呢。而到了冬天特别干燥的时候,那一层中的水分减少了,皮肤就会裂开口。所以,冬天搽一些油脂,可以减少水分蒸发,皮肤就不会开裂了。

表皮下面的一层被称为真皮,有弹性和韧性,经得起一些摩擦和挤压的考验,保护内部时很尽职。这里埋伏着血管和感觉器官,如果划伤了它就会出血,觉得疼痛。

为保险起见,还安排了许多像棉花一样的脂肪组织垫在真皮下面,既保温又能缓冲挤压。皮肤上还有一些非正式产品——毛发、指甲,它们在皮肤上安居乐业。

怎么样,人体的这一道防线是不是建得很好!

4. 皮肤的分类及其表现

(1)干性皮肤:皮肤水分、油分均不正常,就会干燥、粗糙、缺乏弹性;皮肤的 pH 值不正常,毛孔细小,脸部皮肤较薄,易敏感。面部肌肤暗沉、没有光泽,易破裂、起皮屑、长斑,不易上妆。但外观比较干净,皮丘平坦,皮沟呈直线走向,浅、乱而广。皮肤松弛容易产生皱纹和老化现象。

干性皮肤又可分为缺油性和缺水性两种。

(2)中性皮肤:水分、油分适中,皮肤酸碱度适中,皮肤光

