

健康生活指南

银屑病患者 的生活与就医

彭永年 著

● 银屑病与牛皮癣是一种病吗？

● 银屑病会传染吗？

● 银屑病会遗传吗？

● 银屑病需忌口吗？

● 银屑病能否根治？



中国海洋大学出版社

YINXIEBING HUANZHE DE SHENGHUO YU JIUYI
银屑病患者与生活与就医

彭永年 著

中国海洋大学出版社
· 青岛 ·

图书在版编目(CIP)数据

银屑病患者的生活与就医/彭永年著. —青岛:中国海洋
大学出版社,2007.6

ISBN 978-7-81125-003-9

I. 银… II. 彭… III. 银屑病—普及读物 IV.
R758.63-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 070672 号

出版发行 中国海洋大学出版社

社 址 青岛市香港东路 23 号

邮政编码 266071

网 址 <http://www2.ouc.edu.cn/cbs>

电子信箱 whs0532@126.com

订购电话 0532-82032573(传真)

责任编辑 晓 诗

电 话 85901040

印 制 日照报业印刷有限公司

版 次 2007 年 6 月第 1 版

印 次 2007 年 6 月第 1 次印刷

成品尺寸 144 mm×215 mm

印 张 9.25

字 数 183 千字

定 价 20.00 元

序

银屑病是一种常见的慢性炎症皮肤病,其发病遍及世界各国。我国银屑病患者率虽然低于欧美各国,但患者总数仍有 300 万~500 万,与人口不到我国人口 1/5 的美国差不多。因此,此病是皮肤科医学研究的重点。

本书的作者是青岛铁路医院皮肤科主任医师,青岛大学医学院兼职教授、硕士研究生导师,从事银屑病研究多年,可以说用其毕生大部分时间关心、处理、治疗和随访患者。特别要指出的是,作者对大量患者的随访长达 15~30 年,发现了很有意义的结果,即患者病情演变情况从轻到重可分为六型,其中轻型患者,有的发病一次后即多年(长达 15 年以上)处于临床治愈状态,与常人无异;只有不到 10% 的患者才成为频繁发作的重症,而且其中一部分是由于治疗不当所致,这就打破了银屑病是“顽症”或“不治之症”的说法。



全书共分8章,包括银屑病的基本知识、遗传问题、病情演变、环境因素和精神心理因素的影响、治疗方法的选择、滥用药物的危害,以及就医建议等内容。作者根据银屑病防治研究专项基金会所提倡的“知识求医,绿色治疗”的观点,用生动的语言,结合他亲眼见到的大量患者实例,讨论和解答了患者最关心和经常遇到的问题,对患者来说本书具有很高的实用价值。

《银屑病患者的生活与就医》不仅是一本很有特色、饶有趣味的科普读物,也是皮肤科和全科医生重要的参考书,相信读者一定会从中受益。书即将付梓,聊赘数语,是为序。

银屑病防治研究专项基金会主任委员
中国疾病预防控制中心性病控制中心
中国医学科学院皮肤病研究所教授

邵长庚

2006年11月

前言

银屑病是一种常见皮肤病,据专家推算,我国至少有300万~500万名患者。银屑病有寻常型与特殊型(红皮病型、关节病型、脓疱型)之分,其中95%以上的患者属于寻常型。寻常型银屑病对患者全身健康并没有多大影响,更不会对患者的生命构成威胁。但是,由于银屑病的病变发生于体表,看得见,摸得着,容易使患者精神和心理方面感到不适,甚至苦恼。加之社会上不恰当的宣传,如称“银屑病是不治之症”“银屑病是第二癌症”等,使患者及其家属产生恐惧,精神和心理方面的压力更大。于是,患者常常盲目求医,有的按照虚假医疗或药品广告而求医购药,由此产生的后果是患者不仅经济方面遭受损失,而且可能使病情加重、损害全身健康,甚至导致死亡。近来有学者综合了国内百余篇文献,写成了《银屑病患者滥用药物的原因和后果》一文(见本书的附录二)从中可见,因滥用药物而造成的严重后果,读后使人感到触目惊心!

由于银屑病的病因和发病机理都还未彻底弄清,还没有一种让医生和患者都满意的而且经得起时间考验的治



疗方法,从而导致了治疗方法繁多。当今治疗银屑病的方法有数百种。银屑病究竟应该怎么治?可以仁者见仁、智者见智。但是,医生的天职是维护患者的健康,这一点不应该有分歧或动摇。笔者以毕生的精力从事银屑病的防治和随访调查研究,经过几十年的实践和思考,对银屑病有了一些个人的心得和体会。笔者现已进入暮年,自认为应该将自己长期对银屑病的观察和思考所获得的心得和体会提供给患者,于是在同道的支持和鼓励下,写成这本小册子,希望对患者有所帮助。

为了让读者了解出版这本小册子的背景,特将本人有关对银屑病研究的代表作收录于附录一,并征得《银屑病防治研究及合理治疗》一书中两篇文章作者的同意,将《银屑病患者滥用药物的原因和后果》和《国际银屑病协会与中国银屑病基金会的简介及共同理念》分别收录于附录二和附录三中,在此向上述两篇文章的作者曹元华、邵长庚、杨雪琴三位教授致以诚挚的感谢。

由于本人水平有限,加上仅是一管之见,本书中缺点和错误之处在所难免,恳请同道和读者批评指正。

2006年8月于青岛

目次

1/序

1/前言

1/第一章 银屑病患者应当学习一点银屑病的基本知识

3/银屑病的基本知识介绍

13/银屑病患者最关心的几个问题

31/第二章 银屑病患者如何理解和应对银屑病的遗传问题

33/银屑病遗传问题的研究概况

35/有家族史者应如何面对遗传问题

39/如何理解长辈的银屑病发生于晚辈之后的现象

42/银屑病患者如何处理婚姻和生育问题

48/关于目前做银屑病遗传咨询问题的看法

53/第三章 了解银屑病发病后病情演变规律

55/银屑病病情演变规律的研究概况



目次

寻常型银屑病病程演变的六种类型/58

病例 1 刘先生的银屑病一次治疗就“根治”/59

病例 2 王先生得了一次红皮病型银屑病，
痊愈后至今已有 30 年未复发/62

病例 3 张科长有一段患银屑病的特殊经历/63

病例 4 黄女士的银屑病出嫁后才痊愈/65

病例 5 孙师傅银屑病 20 年中只发作 3 次，
每次几个月就治好/67

病例 6 李科长患银屑病几十年，不把银屑病当回
事/69

病例 7 老韩患银屑病 50 余年，银屑病至今不愈/71

影响病程演变的因素/73

银屑病患者了解病情变化规律的意义/75

第四章 了解环境因素对银屑病的影响以指导生活起居/79

银屑病环境因素研究的重要性和复杂性/81

目次

85/重视感染与银屑病的关系
91/气候对银屑病的影响
94/外伤可以诱发银屑病
97/关于饮食与银屑病关系的问题
101/关于吸烟和饮酒与银屑病
102/药物与银屑病的关系
105/其他环境因素与银屑病
107/第五章 精神心理因素对银屑病的影响
109/精神心理因素与银屑病关系的研究概况
113/精神和心理因素诱发银屑病或加重银屑病病情
117/心理治疗取得积极的成果
125/社会、家庭的心理支持对银屑病患者至关重要
131/第六章 寻常型银屑病患者如何选择治疗方法
133/治疗方法选择的依据
135/选择治疗方法的原则



目次

确定治疗方案的建议/139

第七章 银屑病滥治的危害和教训/147

银屑病过度治疗或滥治的原因/150

滥治的危害和教训/154

第八章 对患者如何就医的建议/173

如何选择医疗机构和医生/175

如何理性分析有关银屑病的医药广告/181

附录一/189

附录二/229

附录三/255

后记/265

第

一

章

银屑病患者应当学习 一点银屑病的基本知识

◎介绍银屑病的基本知识，

了解银屑病的皮疹特点和治疗现状。

◎简要解答银屑病患者最关心的几个问题，

如是否传染、是否遗传

以及日常生活和就医中需要注意的问题。

◎通过本章的学习，患者可对银屑病有初步的了解，

以便于患者带着自己的问题

深入学习本书后面的有关章节。

银屑病的基本知识介绍

笔者在临床工作和银屑病随访调查活动中,深深感到银屑病患者及其家属对于银屑病基本知识了解的重要性。很多患者及其家属由于对银屑病缺乏了解而对此病产生恐惧心理。我国有学者在综合了百余篇因银屑病滥治而造成严重后果的文献中,指出造成滥治的原因,主要与患者及其家属缺乏银屑病的了解而乱投医问药有关。中国银屑病基金会的专家们在进行科普教育的实践中,在总结经验的基础上提出了“知识求医,绿色治疗”的理念,都说明银屑病患者及其家属学习一些关于银屑病的基本知识是非常必要的。

银屑病的皮疹特点

发生于皮肤上看得见、摸得着的病变,在医学上叫做皮疹或皮损。尽管银屑病的临床表现多种多样,但只要掌握了银屑病皮疹的特点,就可以认识和诊断银屑病。

银屑病皮疹具有什么样的特点呢?银屑病初起的皮疹常常是粟粒至绿豆大的红色丘疹(即高出皮肤表面的红色疙瘩),丘疹的顶端覆盖着银白色的鳞屑(皮屑),轻轻刮去鳞屑后,可以看到一层微红色的、半透明的薄膜,再将这层薄膜轻轻刮去,就会露出点状的血珠。银白色的鳞屑、



薄膜现象和点状血露现象被称为银屑病皮疹的“三联征”，是银屑病皮疹的特征性表现，也是银屑病的诊断依据。

银屑病初发的丘疹随着病情的进展增大、增厚，相邻的皮疹也可以互相融合，从而形成各种各样的形态，如点滴状、钱币(银币)状或地图状的大片斑块，也有大片斑块的中央消退而使皮疹呈环状的情况。

银屑病的皮疹好发于头皮和四肢的伸侧面。发生于头皮的银屑病斑块，由于皮疹鳞屑较厚，将头发根部互相粘连，使头发成束状外观；有的患者前额部沿着发际发生条状的肥厚性红斑，与正常皮肤有明确的界线，上面覆盖着较厚的银白的鳞屑，以上这些都是银屑病皮疹的特征。

发生于身体屈面的银屑病皮疹比较少见。但银屑病皮疹如果发生于腋窝、腹股沟或女性的乳房皱襞，由于汗液的浸渍，皮疹常常表现为湿润的鲜红色的斑片。在其他部位找到具有典型三联征的银屑病皮疹，有助于这种外观有些难辨认的银屑病的诊断。

另外，有的患者银屑病的鳞屑可以堆积成蛎壳样，指(趾)甲也能发生改变。

银屑病的皮疹发生以后，开始时呈现鲜红色或猩红色，皮疹增多、扩大或融合，此时的皮疹属银屑病进展期的皮疹；经过一段时间之后，皮疹呈现稳定状态，颜色转为暗红色，鳞屑开始松动，不再增厚，此时的皮疹属于静止期的皮疹；再经过一段时间之后，皮疹和鳞屑慢慢变薄，最终皮疹消退，留下淡白色的色素减退斑或深色的色素沉着斑，

这一阶段的皮疹属于退行期的皮疹。留下的淡白色斑或色素沉着斑经过一段时间会恢复正常。当然,这个或这批皮疹消退了,另外的皮疹又可能出现,由此而使患者的疾病呈现持续状态。银屑病的皮疹具有发生、发展、稳定、消退这样的“自生自灭”的过程,这也是银屑病皮疹的特点。

银屑病的临床类型

根据临床表现,银屑病可以分为寻常型和特殊型两大类。寻常型银屑病是具有典型的银屑病皮疹,对全身健康没有什么影响的银屑病。寻常型银屑病根据皮疹不同的形态和分布又可以分成多种亚型。特殊型银屑病有红皮病型、脓疱型和关节病型。特殊型除了皮疹形态特殊外,对患者的全身健康有较严重的影响。银屑病的分型见表1。

表 1 银屑病的分型

1. 寻常型银屑病

(1) 按皮疹的形态分

点滴状银屑病

钱币状银屑病

地图状银屑病

环状银屑病

带状银屑病

蛎壳状银屑病



(续表)

(2)按皮疹分布部位分

头皮银屑病

掌跖银屑病

皱襞部位银屑病

黏膜银屑病(龟头是银屑病的好发部位之一)

甲银屑病

2. 特殊型银屑病

(1)脓疱型银屑病

泛发性脓疱型银屑病

掌跖脓疱型银屑病

(2)红皮病型银屑病

(3)关节病型银屑病

笔者在长期临床工作、随访研究和科普宣传教育的实践中,体会到就银屑病的临床类型而言有以下几点有必要向患者做些说明:

- 从以上银屑病的临床类型可以看出,银屑病的临床表现、病情轻重差别很大,但是寻常型银屑病占绝对多数,占银屑病总数的95%以上。寻常型银屑病对全身健康没有什么影响,更不会对患者的生命构成威胁。

- 寻常型银屑病的好发部位是头皮和四肢的伸侧,发生于面部的情况比较少见,银屑病患者没有必要害怕银屑病皮疹“上脸”而产生恐惧心理。

- 泛发性脓疱型银屑病和红皮病型银屑病是银屑病的重症,对全身健康影响较大,它们常常是由于对寻常型银屑病治疗不当而诱发的。所以寻常型银屑病患者切勿