

主编 杨雪琴

讲
给

银屑病

患者的故事

STORIES FOR
PSORIASIS PATIENTS



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

讲给银屑病患者 的故事

Stories for Psoriasis Patients

主 编 杨雪琴

副主编 张力军 庞晓文 曹元华

主 审 邵长庚 郑茂荣 刘玉峰



人民卫生出版社

People's Medical Publishing House

图书在版编目 (CIP) 数据

讲给银屑病患者故事 / 杨雪琴主编. —北京:
人民卫生出版社, 2007.8

ISBN 978-7-117-08779-7

I. 讲… II. 杨… III. 银屑病—诊疗 IV. R758.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 081241 号

讲给银屑病患者故事

主 编: 杨雪琴

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E-mail: [pmph @ pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 705×1000 1/16 印张: 10.5 插页: 4

字 数: 147千字

版 次: 2007年8月第1版 2007年8月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-08779-7/R·8780

定 价: 23.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

内容提要

本书由数十位在银屑病研究及治疗方面具有丰富经验和独到见解的专家共同编撰而成。作者独具匠心，另辟蹊径，一反过去医学书籍的形式，而将他们在大量的临床工作中发现的问题、典型的事例经过加工、提炼，以丰富而生动的故事形式展现给读者。文字深入浅出，娓娓道来，小故事中蕴含着大道理，传递出医生对患者的一片爱心。

全书共有五篇，108个故事。第一篇分析了几种常见的诱发和（或）加重银屑病的原因；第二篇揭示其遗传规律及几种临床演变类型的特点；第三、四篇通过正、反两方面的事例帮助患者纠正认识中存在的误区，并告诫患者注意在治疗中需警惕的问题；第五篇重点介绍心理治疗、腹式呼吸和生物反馈疗法。

本书不仅具有知识性、思想性，而且注重通俗性和趣味性，目的是为了银屑病患者及其亲朋好友在轻松的阅读空间中获取知识，受到启迪，找到康复的最佳途径，以乐观的心态对待疾病，树立“我命在我不在天”的健康观和新理念。

SYNOPSIS

Authors of this book are specialists with rich experience and profound insight in research and treatment of psoriasis. It differs from other medical books in that these vivid stories are from the author's clinic work. The smooth-spoken stories tell the profound things in a simple way with the doctor's true feeling.

The whole book is composed of 5 topics including 108 stories: 1.To analyze several common reasons for inducing and aggravating this disease. 2.To point out the heritability and the characteristics of clinic types. 3and 4. To correct some patients' wrong cognitions of psoriasis and help them to pay their attention to the serious problems in treatment with positive and negative examples. 5. To focus on psychology therapy, biofeedback-relax training and so on to acquire self-adjust treatment.

This book is not only sciential and thoughtful but also straightforward and interesting. The aim is to help psoriatic patients, their friends and relations to acquire the knowledge and enlightenment by reading this book. It is to aid the patients staying optimistic and finding a correct way to cure. It is to fortify the patients' belief that their fate is at their own hands.



主编简介

杨雪琴 1942年12月生于江苏省常州市，中共党员，文职将军。1961年就读于北京医科大学，毕业留校工作，1982年获得硕士学位。1983年特招到空军总医院。1992~1994年公费公派赴美国MIAMI大学高访研修，获得美国荣誉访问学者称号。1993年开始享受国务院特殊津贴，1997年当选为中共十五大代表。2003年被中国女医师协会评为“巾帼建功模范医师”。

杨雪琴教授有丰富的临床经验和科研能力，已发表论文100余篇，主编和副主编皮肤科专著3部，参编8部。获得军队科技进步二等奖3项及北京市科技进步二等奖1项，荣立3等功3次。现任：空军总医院皮肤科主任医师，第三、第四军医大学博士生导师，全军皮肤科专业委员会主任委员。

《讲给银屑病患者故事》参编人员

主 编	杨雪琴	空军总医院
副主编	张力军	空军航空医学研究所
	庞晓文	空军总医院
	曹元华	中国医学科学院皮肤病研究所
主 审	邵长庚	中国医学科学院皮肤病研究所
	郑茂荣	第二军医大学 长海医院
	刘玉峰	第四军医大学 西京医院

参编者 (以姓氏笔画为序)

王文岭	王金校	吕雅洁	安俞熙
孙东杰	杜威春	杨雪琴	杨蓉娅
李 铀	李海涛	宋克敏	沈 柱
张力军	张 丽	张高明	张 滢
陈 凌	庞晓文	郑力强	郝震峰
祝 贺	夏志宽	顾伟杰	党育平
高 琳	曹元华	程加明	程 娟
廖 勇	樊 昕	穆艳蕾	
参审者	杨 英	江 丽	冯燕君
	伍继军	杨 志	

為《講給銀屑病患者的故事》題

加強科學普及 提高全民素質

韓啓德 二〇〇六年十二月二十日



韓啓德教授 中國科學院院士

全國人大常委會副委員長、九三學社中央主席、中國科協主席、
歐美同學會理事會會長、北京大學常務副校長

献 词

谨以此书献给：

银屑病防治研究专项基金会成立10
周年！

我们衷心祝愿：

广大银屑病患者早日走出困惑，早
日恢复健康，早日获得幸福！

全体作者

2007年3月15日



International Federation
of Psoriasis Associations

Worldwide unity for people living with psoriasis



注：国际银屑病协会会标及成员国国旗

序一

《讲给银屑病患者故事》即将出版，作者邀我作序，我欣然应允。

本书作者都是国内在银屑病方面有很深造诣的专家，其中上海第二军医大学郑茂荣教授、第四军医大学刘玉峰教授和空军总医院杨雪琴教授等在银屑病的基础研究和临床工作中均做出了优异的成绩，并获得过军队高等级科技进步奖。

本书是一本形象生动的科普教材。书中讲述的108个“故事”富含哲理，深入浅出，简明实用，易懂易记。精心创作的20幅漫画增加了“故事”的幽默感和趣味性。它们都是作者在临床实践中经历的真实感受和长期研究成果的结晶，体现了作者对患者奉献的一片爱心。

银屑病是一种常见和易复发的慢性皮肤病，精神紧张、焦虑、抑郁，以及睡眠不足等都可以诱发或加重。治疗银屑病必须调动患者身体内在的潜能，逐步提高机体抗病能力。作者认为只要采取得当治疗措施，银屑病是可以完全治愈的。然而，目前社会上对银屑病有很多误解、误治，以及医疗单位使用昂贵的药物等，都会给银屑病患者带来很大的思想压力和经济负担。为此，加强对银屑病的正确认识 and 合理治疗，提高银屑病患者及其亲友的科普常识和心理素质，将对银屑病的防治起到不可估

量的作用。

本书提供的有关银屑病防治的新思路、新理论、新方法，能指导读者正确分析和认识银屑病的主要诱发因素，增强患者克服疾病的信心和决心，能减轻各种不必要的顾虑和减少医药费用。

本书的出版给银屑病患者带来了福音。衷心祝愿广大银屑病患者早日恢复健康，提高生活质量和工作效率，为营建和谐社会奉献力量！

总后卫生部部长

李烈钧

少将

2007年3月

序二

银屑病是皮肤科常见病、多发病、慢性病，近年来患病率不断增高，是国际上皮肤科界研究重点之一。银屑病诱发因素很多，在发病机制上还有许多尚未搞清楚的问题，但有一点是肯定的，即：只要正确认识和处理得当是可以治愈的。近20余年来空军总医院皮肤科在银屑病防治方面做了大量的临床和基础研究工作，在国内外均有很好的声誉，很多银屑病患者从全国各地慕名而来。

空军总医院皮肤科杨雪琴教授联合国内外皮肤科著名专家王光超教授等创建“银屑病防治研究专项基金会”，于1997年在我院召开成立大会。此“基金会”是隶属于“中国科学技术发展基金会药学发展基金委员会”的一个公益组织，2000年成为“国际银屑病协会”的成员。该“基金会”自成立以来，不断地为广大银屑病患者实施“生物、心理、社会”的新医学模式防治银屑病，经常组织“医患座谈会”，取得了很大成绩。1998年他们集体编著《银屑病患者必读》的科普书，由人民卫生出版社出版至今已5次印刷数万余册，深受患者欢迎。

《讲给银屑病患者们的故事》是继《银屑病患者必读》科普书后的一本更为形象和生动的科普图书。书的内容来自于他们临床工作中经历的典型病例，每一个故事的点评是作者给患者的中肯建议，

每篇的篇后语是编著者对这一方面内容的总结性科普文章。

相信此书的出版会给银屑病患者带来新的思考、新的理念和新的希望。相信广大读者和患者阅读此书后会体察到作者们的良苦用心，增强战胜银屑病的信心和决心。相信此书的出版会对银屑病防治工作和提高银屑病患者生活质量产生不可估量的潜能。

空军总医院 院长

刘永清

少将

2007年3月

前言

我们在数十年中诊治了数以万计的银屑病患者，遇到过各种各样的情况。很多患者患病后“求治心切”跑遍全国，花费巨大，最后心身疲惫，皮损全身泛发；一些患者原本仅有几处寻常型银屑病皮损，因滥用药物后转变为严重的脓疱病型和红皮病型银屑病，生活质量明显下降；更有甚者因治疗不当而丧失生命。然而，有一些患者对银屑病有了正确的认识，采用合理的治疗方案，仅仅花费很少的经费，病情得以控制，皮损逐渐消退，甚至基本治愈，生活质量明显提高。这是什么原因有如此大的差别？归结到底是社会上对银屑病有很多认识上的误解和治疗上的误区，银屑病患者心理负荷很重，加之过度的药物治疗，急功近利而适得其反。

1998年“银屑病防治研究专项基金会”集体编著《银屑病患者必读》的科普书，由人民卫生出版社出版。此书深受银屑病患者的欢迎，确实使很多银屑病患者提高了认识，减轻了一些心理负担，病情得到缓解。随着我们认识和实践的不断深入，为使更多的患者朋友接受新的理念，在人民卫生出版社的支持和促进下，组织国内在银屑病临床工作中有丰富经验和深刻体会的专家编著《讲给银屑病患者们的故事》科普图书。本书共108个小故事，根据内容分为五篇。读者可通过每个故事获得不同的启

迪，针对自己的问题找到解决问题的方法。为使故事增加幽默感和趣味性，本书请曲柳燕美术编辑插入20幅漫画，在此表示感谢。“故事”的内容是真实的，但不是实名实姓；“故事”的情节和语言是作者根据科普短文的要求编写的。

本书的主要读者是患者和患者的亲朋好友，本书的主要目的是帮助患者们轻松地解疑释惑、明辨真伪、消除认识上的误区和治疗上的盲目性，使患者稳定情绪、放松心情、增强信心、踏踏实实地以主动的姿态正确调理身体状况，合理治疗和照料自己，直至战胜疾病和预防复发，提高工作效率和生活质量。因此，本书不是医疗手册，不罗列各种患者不能自我控制的治疗手段和药物。此外，本书附有国际银屑病协会和中国银屑病防治研究专项基金会的简介和共同理念，以及集体谱写的一首新医学模式之歌——“人间真情是爱心”（中、英文版），歌词给读者们信心、希望和力量！

由于我们文学水平有限，“故事”编撰中难免有些不尽如人意之处，敬请谅解和指正。

杨雪琴

2007年3月15日

目录

contents

第一篇

银屑病的主要诱发因素——故事26则

1

- 故事1 冬天来了/2
- 故事2 夏天消了/3
- 故事3 四季无常/4
- 故事4 一夜间的变化/5
- 故事5 心情的窗口/6
- 故事6 离休之后/7
- 故事7 孩子担心的事/9
- 故事8 多重压力/10
- 故事9 天伦之乐/11
- 故事10 第三者/13
- 故事11 走出阴影/14
- 故事12 结婚的钱/14
- 故事13 完美/15
- 故事14 麻将/16
- 故事15 电脑游戏/17
- 故事16 公司老板/18
- 故事17 夜间长途行车之苦/19
- 故事18 调换工作之后/20
- 故事19 啤酒和白酒/21
- 故事20 醉酒之后/21
- 故事21 吃多了/22
- 故事22 戒烟了/24
- 故事23 事与愿违/26
- 故事24 摘除扁桃腺之后/26
- 故事25 大腿骨折/27
- 故事26 “针眼”的变化/29

第二篇

银屑病患者的遗传、婚姻和生育问题——故事17则

33

- 故事1 小红的秘密/34

目 录

contents

- 故事2 祛除“心病” /36
- 故事3 姑姑的开导 /37
- 故事4 没有先后 /39
- 故事5 母子同时患病 /40
- 故事6 善意的“谎言” /41
- 故事7 试金石 /42
- 故事8 冷暖之别 /43
- 故事9 又见阳光 /44
- 故事10 引以为戒 /46
- 故事11 可爱宝宝 /48
- 故事12 五十年未反复 /49
- 故事13 难忘的“联谊会” /50
- 故事14 特殊经历 /52
- 故事15 三十年复发三次 /53
- 故事16 关节变形了 /55
- 故事17 异病同治 /56

第三篇

银屑病患者的工作和生活——故事16则

59

- 故事1 他是一位特级飞行员 /60
- 故事2 两位优秀国画家 /62
- 故事3 争取成为名演员 /63
- 故事4 理发不会传染 /65
- 故事5 夫妻生活不传染 /66
- 故事6 老板娘 /67
- 故事7 好心办坏事 /68
- 故事8 解开心病 /69
- 故事9 因人而异 /70
- 故事10 满腹的疑虑 /71
- 故事11 饮食筛选试验 /72
- 故事12 身体代谢失衡 /73
- 故事13 “熊掌”和“鱼翅” /74