

PIFU SAOYANG FANGZHI BAIWEN

皮肤瘙痒 防治百问

沈 冬 王煜明 © 主编



金盾出版社

皮肤瘙痒防治百问

主 编

沈 冬 王煜明

编著者

王 宁 王俊慧 孔 倩

闫雨荷 翟瑞洁

金盾出版社



本书以问答形式,详细介绍了常见皮肤病和全身性疾病引起局部或全身瘙痒的发病机制、诱发或加重因素、临床特点、中西医结合治疗方法和预防措施。其内容丰富,通俗易懂,科学实用,适合于广大患者和基层医务人员阅读。

图书在版编目(CIP)数据

皮肤瘙痒防治百问/沈冬,王煜明主编.—北京:金盾出版社,2016.2

ISBN 978-7-5186-0552-1

I. ①皮… II. ①沈…②王… III. ①瘙痒—中西医结合—防治—问题解答 IV. ①R758.3-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 227666 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

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:北京万博诚印刷有限公司

装订:北京万博诚印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:6.25 字数:130 千字

2016 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~3 000 册 定价:19.00 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)

序

皮肤瘙痒既是一种症状,也是一种独立的疾病,若无其他疾病,只有瘙痒就是瘙痒症。瘙痒也是很多疾病的外在表现,如糖尿病、肝胆及肾脏等疾病都可伴有瘙痒,这也是外病内治的根据。

皮肤瘙痒,是每个人都曾遇到过的,处理好则很快烟消云散,处理不好会在你身上留个“根据地”,时不时地让你感受它的“威力”。有些患者治病心切,轻信某些不实的广告宣传而乱投医,致使原有皮肤病治不好反添新疾。皮肤瘙痒虽不是大病,但却影响人们的正常生活。

《皮肤瘙痒防治百问》一书是由沈冬副主任医师及其团队成员共同撰写的科普类书籍,书中深入浅出地介绍了常见皮肤病瘙痒和由内科疾病导致的皮肤瘙痒的诊断、鉴别、治疗、护理和预防,尤其阐述了中医药治疗皮肤瘙痒的优势和针灸治疗的特色及疗效。书中对于人们常遇到的关于皮肤瘙痒的相关问题给予答疑,对较顽固的皮肤瘙痒根据其特点和伴随的症状等蛛丝马迹,以及致病因素和可能的原发病进行了深入辩解,为标本兼治提供了依据。

沈冬医生已经临证 20 余年,是中国中医科学院广安门医院皮肤科湿疹皮炎组组长,国家中医药管理局重点专科的湿疹学科带头人,擅长治疗湿疹皮炎类、带状疱疹等皮肤病,堪称“皮坛(科)新秀”,在诊治皮肤瘙痒方面有其独到之处。

中国中医药学会外科学会秘书

中国中医科学院研究生部客座教授





春季是万物复苏,百花开放的时节,同时春天也带来了花粉、柳絮、孢子、动物毛发,很多过敏体质的人却无暇顾及这美景,频频被瘙痒困扰着。瘙痒不仅发生在过敏性疾病中,很多非过敏性皮肤病也会出现瘙痒,如由于环境干燥引起的皮肤瘙痒,微生物感染引起的瘙痒,自身免疫性皮肤病、系统性疾病引起的瘙痒,精神紧张压力过大引起的瘙痒加重等,其中大部分瘙痒可以通过饮食习惯的改变、心情的放松及生活方式的调整而消除或缓解。这就是希望本书能为您解决的问题之一。

瘙痒是湿疹、皮炎、荨麻疹等多种皮肤病的主要症状,但在其他系统疾病和肿瘤患者中也很常见,有时瘙痒是其他疾病的早期症状,故本书能提醒读者关注瘙痒与内科疾病的关系,掌握以外知内的防病知识。

作者将积累多年的临床经验编著成书,力求从多方面来阐述瘙痒的共性与个性及防治之法。书中介绍了常见的近百种与瘙痒相关的皮肤病的防治方法,无论是虫咬皮炎还是系统性疾病皮肤瘙痒,均从病因、常规治疗和护理等几个方面进行了深入浅出地阐述,以便让人们知其所以然,更好地防患于未然,充实医学保健知识,了解自己的病情及就诊时机。书中重点介绍了对瘙痒有明

显优势的传统中医中药及针灸疗法,使得中医药治疗瘙痒成为一种趋势。

本书内容涉及面较广,且实用、简明,希望帮助读者认识瘙痒的病因病机,预防瘙痒的发生及更科学合理地治疗瘙痒。

本书在编写过程中得到了许多著名医家的大力支持,在此对他们表示衷心的感谢。还特别感谢李博镡教授为本书作序。希望《皮肤瘙痒防治百问》一书的出版能给广大读者,特别是皮肤瘙痒患者带来帮助。限于编者的水平,若有错误和疏漏之处,恳请读者指正。

作 者



一、概述	(1)
1. 瘙痒仅仅是皮肤病吗	(1)
2. 瘙痒会传染吗	(2)
3. 勤洗澡可以缓解瘙痒吗	(3)
4. 热水烫浴可以缓解瘙痒吗	(4)
5. 为什么会出现季节性皮肤瘙痒	(5)
6. 季节性皮肤瘙痒应如何护理	(7)
7. 什么是皮肤过敏试验	(8)
8. 过敏原的检测有什么意义	(9)
9. 过敏试验能查出所有的过敏原吗	(10)
10. 脱敏治疗能止痒吗	(11)
11. 止痒的外用制剂有哪些	(12)
12. 有些人为什么皮肤一划就红肿	(13)
13. 皮肤同形反应是怎么回事, 常见于哪些病	(14)
14. 皮肤病会遗传吗	(15)
15. 引起瘙痒的因素有哪些	(16)

16. 抗组胺药为什么能止痒 (17)
17. 服用抗组胺药会发胖吗 (19)
18. 有人说抗组胺药能引起猝死,是真的吗 (20)
19. 为什么不能轻易应用激素止痒 (21)
20. 激素软膏是皮肤科的“万能药”吗 (22)
21. 家庭常备的皮肤科用药有哪些 (23)
22. 紫外线光疗可以缓解瘙痒吗 (25)
- 二、感染性皮肤病瘙痒 (26)**
 1. 口角反复起又痒又痛的小水泡是什么 (26)
 2. 水痘瘙痒可以搔抓吗 (27)
 3. 带状疱疹可以引起疼痛,会瘙痒吗 (28)
 4. 传染性软疣为什么不可以搔抓 (29)
 5. 孩子发热、全身出皮疹、瘙痒会是什么病 (30)
 6. “痱子”瘙痒是恶化的表现吗 (33)
 7. 扁平疣瘙痒怎么办 (34)
 8. 手足有瘙痒的小疹子会是手足口病吗 (35)
 9. 毛囊炎瘙痒能用热水烫洗吗 (36)
 10. 皮肤疖肿能通过搔抓传染吗 (37)
 11. 小腿红斑、瘙痒会是丹毒吗 (38)
 12. 脓疮搔抓会加重瘙痒吗 (39)
 13. 有人说“黄水疮再痒也不能挠”对吗 (40)

14. 为什么脓疱有的痒, 有的不痒呢	(41)
15. 阴囊“圈癣”瘙痒却不是股癣, 是什么呢	(42)
16. 腋毛癣瘙痒吗	(43)
17. 夏天脚底出水疱且瘙痒是足癣吗	(44)
18. 脚趾间糜烂、渗出、瘙痒是怎么回事	(45)
19. 手掌皮肤变厚、粗糙、裂口伴瘙痒是怎么回事	(46)
20. 汗斑为什么在夏天出现, 是否会伴有瘙痒	(47)
21. 养猫后, 身上出现圆形皮疹瘙痒是猫癣吗	(48)
22. 股癣为什么易发生在出租车司机身上, 其瘙痒 如何预防	(49)
三、寄生虫、昆虫等所致皮肤病瘙痒	(51)
1. 肛周瘙痒是有寄生虫吗	(51)
2. 宝宝肛门瘙痒是蛲虫在作怪吗	(53)
3. 夏天常被蚊虫叮咬是小事吗	(54)
4. 户外活动时被“毒虫”叮咬怎么办	(56)
5. 虱子叮咬后瘙痒吗	(58)
6. 养宠物后身上瘙痒是不是跳蚤惹的祸	(59)
7. 臭虫有何生活习性, 叮咬后瘙痒吗	(60)
8. 蜱虫叮咬是什么样	(61)
9. 全家人一到夜间就瘙痒是怎么回事	(63)
10. 螨虫会引起皮肤瘙痒吗	(64)

- 11.被水母蜇伤又痒又痛,可以用水冲洗吗 (65)
- 四、物理性皮肤病瘙痒** (67)
- 1.痱子痒吗 (67)
 - 2.夏季皮炎会瘙痒吗 (68)
 - 3.“低温”也能烫伤皮肤吗,有瘙痒感吗 (69)
 - 4.冻疮又痒又痛怎么办 (70)
 - 5.日光暴晒后皮肤红肿、瘙痒怎么办 (71)
 - 6.一到夏天皮肤就瘙痒,是日光在作怪吗 (72)
 - 7.吃野菜所致日光性皮炎瘙痒吗 (73)
 - 8.宝宝玩沙子后手上出现“痒疙瘩”怎么办 (74)
 - 9.皮肤被“汗腌了”,又红又痒怎么办 (75)
- 五、红斑、鳞屑性皮肤病瘙痒** (77)
- 1.什么是多形红斑,剧烈瘙痒怎么办 (77)
 - 2.什么是红皮病,为什么会“红皮” (78)
 - 3.红皮病致全身瘙痒难忍怎么治疗 (79)
 - 4.红皮病全身瘙痒生活中应注意什么 (80)
 - 5.夏季出现很痒的环状皮疹是什么病 (81)
 - 6.银屑病分哪几型,瘙痒吗 (82)
 - 7.银屑病患者如何预防瘙痒 (83)
 - 8.副银屑病与银屑病有什么区别,瘙痒吗 (84)
 - 9.“母斑”是怎么回事,瘙痒怎么解决 (85)

10.毛发红糠疹瘙痒吗,应如何处理	(86)
11.扁平苔藓会出现在哪些部位,瘙痒剧烈怎么办	(87)
12.线状苔藓什么样,很痒怎么办	(88)
六、过敏性皮肤病瘙痒	(89)
1.春天脸部变红有小疹子且很痒是什么病	(89)
2.接触膏药后局部红肿、瘙痒、出水疱是怎么 回事	(90)
3.奇痒的“扁疙瘩”是什么病,为什么时起时消	(91)
4.皮肤一碰就发红、起风团和瘙痒见于什么病	(92)
5.中医如何治疗荨麻疹	(94)
6.服药后出现皮疹、瘙痒是药疹吗,什么药容易 发生药疹	(95)
7.为什么感冒时服某种药后嘴唇上就出现暗红 色、瘙痒性斑片	(96)
8.发热服用头孢后全身出红疹瘙痒,是药疹还是 病毒疹	(97)
9.为什么有时眼睛、口鼻和皮肤一起瘙痒	(98)
10.肘窝、腘窝干燥、瘙痒不愈是什么病	(99)
11.为什么特应性皮炎患者瘙痒剧烈	(100)
12.特应性皮炎的患者如何避免诱发瘙痒	(101)
13.中药如何缓解特应性皮炎的瘙痒	(102)

14. 宝宝的小屁屁上又红又痒,还能用尿不湿吗 … (103)
15. 皮疹流水伴瘙痒就是湿疹吗 …………… (104)
16. 中医是如何辨证治疗湿疹瘙痒的 …………… (105)
17. 怎样护理才能缓解湿疹的瘙痒 …………… (106)
18. 女性面部反复出现红斑瘙痒应如何护理 …………… (107)
19. 中药湿敷是否可以缓解湿疹瘙痒 …………… (108)
20. 经常锻炼身体就不会得湿疹了吗 …………… (109)
21. 吃发物会加重瘙痒吗 …………… (110)
22. 湿疹患者瘙痒时吃什么食物为宜 …………… (112)
23. 为什么情绪不好时也会加重湿疹的瘙痒 …………… (113)
24. 全身都是“虫咬包”痒得很,是虫子咬的吗 …………… (113)
25. 口周皮炎是因为瘙痒舔出来的吗 …………… (114)
26. 春秋季节儿童手掌起小水疱、瘙痒是怎么回事 … (115)
27. 面部皮疹外用糖皮质激素类药膏有效,为何
一停药就红肿瘙痒 …………… (116)
- 七、神经功能障碍性皮肤病瘙痒 …………… (118)**
 1. 全身皮肤瘙痒时无皮疹是怎么回事 …………… (118)
 2. 为什么一到秋冬季小腿就痒得掉皮 …………… (119)
 3. 外阴干痒、月经不规律与更年期有关系吗 …………… (119)
 4. 外阴瘙痒如何护理 …………… (120)
 5. 蚊虫叮咬后总是瘙痒并形成硬结怎么办 …………… (122)

6.患结节性痒疹十余年,剧烈瘙痒怎么办	(123)
7.一到春天脸就痒,眼皮上总有红斑,可以擦激 素类药膏吗	(123)
8.中药如何辨证洗浴治疗外阴瘙痒	(124)
9.为什么擦激素药膏仍然不能缓解瘙痒	(125)
10.为什么神经性皮炎晚上瘙痒更严重	(126)
11.为什么情绪急躁时会觉得全身瘙痒	(126)
12.总觉得身上瘙痒似有小虫爬,是不是患了寄生 虫病	(127)
13.湿疹与神经性皮炎的瘙痒有什么区别	(128)
14.为什么吃海鲜后原来瘙痒的地方会更严重	(129)
15.为什么有时皮肤瘙痒擦护肤霜能缓解	(131)
16.很好的皮肤怎么忽然间就起了这么多疹子	(132)
17.为什么能止痒的大蒜和花椒有时用过会更痒	(132)
18.中医如何治疗瘙痒症	(134)
19.为何安神中药可以治疗神经性皮炎的瘙痒	(135)
八、其他皮肤病瘙痒	(137)
1.颜面红斑、瘙痒会是红斑狼疮吗	(137)
2.老年人皮肤上出水疱伴瘙痒是什么问题	(138)
3.天疱疮瘙痒吗,应该怎么办	(139)
4.手脚大批脓疱伴瘙痒与假牙有关吗	(140)

九、内科疾病瘙痒	(142)
1. 糖尿病患者为何会出现皮肤瘙痒	(142)
2. 糖尿病患者皮肤瘙痒如何护理	(143)
3. 甲状腺疾病会引起皮肤瘙痒吗	(144)
4. 甲状腺疾病患者皮肤瘙痒如何护理	(146)
5. 肝胆疾病为什么会引起皮肤瘙痒	(147)
6. 肝胆疾病的皮肤瘙痒如何护理	(149)
7. 肾病会引起皮肤瘙痒吗	(150)
8. 肾病引起的皮肤瘙痒如何护理	(152)
9. 尿毒症患者皮肤大面积瘙痒用什么药好	(153)
10. 瘙痒是肿瘤的信号吗	(155)
11. 肿瘤患者皮肤瘙痒应如何护理	(156)
12. 贫血能引起皮肤瘙痒吗	(157)
13. 胃病会引起皮肤瘙痒吗	(158)
14. 孕期皮肤瘙痒一定是妊娠痒疹吗	(159)
15. 孕期皮肤瘙痒应如何护理	(161)
16. 更年期女性为什么易皮肤瘙痒	(162)
17. 外阴瘙痒一定是感染吗	(163)
18. 谁是外阴瘙痒的幕后黑手	(165)
十、穴位刺激疗法治疗皮肤瘙痒	(167)
1. 皮肤瘙痒与经络有关系吗	(167)

2. 针灸为什么能止痒	(168)
3. 止痒有哪些穴位刺激疗法	(169)
4. 针灸止痒的穴位有哪些	(170)
5. 针灸止痒应注意哪些问题	(172)
6. 放血疗法能止痒吗, 怎么“放”	(173)
7. 穴位埋线能止痒吗, 需要注意哪些事项	(174)
8. 艾灸哪些部位可止痒	(175)
9. 拔罐能止痒吗, 需要注意什么	(176)
10. 哪些皮肤病可用梅花针止痒	(177)
11. 电针能止痒吗, 可以选择哪些穴位	(177)
附录 皮肤瘙痒常用药物	(179)

一、概 述

1. 瘙痒仅仅是皮肤病吗

瘙痒,几乎人人都体验过的感觉,就如明代教育家刘元卿的一则文言小短文《瘙痒》所描述:“昔人有痒,令其子索之,三索而三弗中。令其妻索之,五索而五弗中也。其人怒曰:‘妻子内我者,而胡难我?’乃自引手一搔而痒绝。何则?痒者,人之所自知也。自知而搔,宁弗中乎!”瘙痒就是这样一种自知而难明的不适感,虽不若疼痛般让人难以忍受,但着实也让人坐立不安,心神不宁,唯有搔抓可解,甚至皮破出血,微微疼痛,方觉畅快。美国诗人 Ogden Nash 就曾描述:“快乐就是搔抓每一处瘙痒。”正因为瘙痒是这样一种如此普遍的感觉,所以常常被人忽视,以为它只是皮肤小疾,无须挂齿。然而痒则搔之,久而久之,不仅皮肤粗糙肥厚,还耽误了自己的病情。

皮肤是人体最大的器官,也是人体健康的镜子,许多疾病都可以通过皮肤的皮损及感觉表现出来。因此,瘙痒绝不仅仅是皮肤小疾而已,正如中医所说的整体观念,人的五脏六腑、肌表经络本身就是一个整体,瘙痒也可以是许多系统疾病的危险信号灯。目前研究显示,除皮肤疾病之外,内分泌系统疾病、肿瘤、消化系统疾病、泌尿系统疾病等多种