

新世纪病友康复丛书之五

# 银屑病病友康复指南

编著 王 刚 李春英



中国医药科技出版社

新世纪病友康复丛书之五

# 银屑病病友康复指南

编著 王 刚 李春英

中国医药科技出版社

登记证号：(京) 075 号

### 内 容 提 要

本书以“认识银屑病”、“正确对待银屑病”和“银屑病的治疗”三个方面为主题，从患者的角度提出最关心和最需要了解的问题，并进行深入浅出的解答。系统介绍有关银屑病的病因、发病机制、流行状况、临床表现、诊断、鉴别诊断、治疗和预防等方面的知识，阐述国内外对银屑病认识和治疗上的最新进展和发展趋势，重点强调作为患者需要注意的事项，以帮助患者对银屑病有一个正确的认识和态度。本书适合各型银屑病患者及其亲友阅读，也可供皮肤科医师参考或作为健康科普教育的教材。

### 图书在版编目 (CIP) 数据

银屑病病友康复指南/王刚，李春英编著. —北京：  
中国医药科技出版社，2002.9

(新世纪病友康复丛书；5)

ISBN 7-5067-2625-4

I. 银… II. ①王…②李… III. 银屑病-康复-  
问答 IV. R758.639-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 065325 号

中国医药科技出版社 出版  
(北京市海淀区文慧园北路甲 22 号)  
(邮政编码 100088)

保定时代印刷厂 印刷  
全国各地新华书店 经销

\*

开本  $850 \times 1168 \text{mm}^{1/32}$  印张 5

字数 116 千字 印数 1—3000

2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

---

定价：10.00 元

本社图书如存在印装质量问题，请与本社联系调换 (电话：62244206)

## 前 言

银屑病过去俗称为“牛皮癣”，是一种危害人们身心健康的常见病、多发病。据估计，我国现有的银屑病患者超过 280 万人，而且随着环境、社会、自然等因素的改变以及人口平均寿命的延长，患病人数还在不断增加。由于种种原因，许多人包括银屑病患者甚至部分医务工作者对银屑病还缺乏正确和全面的认识，在如何对待银屑病、怎样选择最合适的治疗方案等方面的知识上也还有待于进一步丰富和提高。有的患者在患上银屑病后就背上了沉重的思想包袱，在心理上或轻或重都存在有这样或者那样的误区，对待银屑病的态度过于悲观，精神状态处在一种恶性循环之中。也有的人因为银屑病外观的影响而不愿跟他人接触，甚至感到自己低人一等，久之造成内向孤僻的性格。还有人患银屑病后十分烦恼，总想找一种快刀斩乱麻的“根治”办法，因此到处求医、遍访专家，这样极容易轻信一些小广告的宣传，遇上不负责任的庸医游医而上当受骗甚至造成严重的后果。有鉴于此，我们撰写了这本面向广大银屑病患者的科普读物，就患者所关心的有关银屑病病因、发生机制、流行状况、临床表现、诊断、鉴别诊断、治疗和预防等方面的问题进行了系统的整理，并作了尽可能深入浅出、通俗易懂的解答。希望通过这本书能够帮助银屑病患者正确了解和认识银屑病，在众多的治疗手段中找到最适合自己的方案，用坦然的态度面对银屑病，从而成为战胜银屑病的智者。

由于编写时间仓促，加之作者水平所限，错误和不当之处在所难免，敬请各界人士批评指正。

# 目录

## 一、认识银屑病

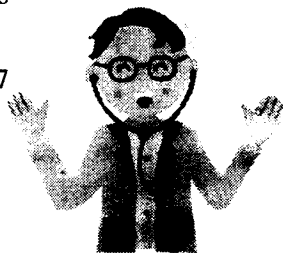
|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 1. 什么是银屑病, 银屑病和牛皮癣是一回事吗 .....    | 3  |
| 2. 银屑病患者对银屑病的认知情况怎样 .....        | 4  |
| 3. 银屑病患者最常关注的问题有哪些 .....         | 4  |
| 4. 银屑病的发病情况是怎样的 .....            | 5  |
| 5. 不同人群中发生银屑病的情况有何特点 .....       | 6  |
| 6. 银屑病会传染吗 .....                 | 7  |
| 7. 银屑病是癣吗 .....                  | 8  |
| 8. 银屑病是怎么得的 .....                | 9  |
| 9. 银屑病是不是遗传病 .....               | 11 |
| 10. 为什么感冒有时会引起银屑病, 如何预防 .....    | 12 |
| 11. 银屑病患者怎样查找引起发病的感染诱因 .....     | 13 |
| 12. 银屑病的发病机制是什么 .....            | 14 |
| 13. 银屑病与内分泌之间有什么关系 .....         | 15 |
| 14. 什么是阿片肽, 银屑病患者体内阿片肽有何变化 ..... | 16 |
| 15. 银屑病有哪些代谢方面的异常 .....          | 16 |
| 16. 银屑病与微量元素有什么关系 .....          | 17 |



|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| 17. 银屑病是否有微循环的障碍 .....                           | 19 |
| 18. 银屑病的血液流变学有哪些异常 .....                         | 19 |
| 19. 银屑病有哪些免疫学方面的异常 .....                         | 20 |
| 20. 什么是白细胞介素 - 8, 白细胞介素 - 8 与银屑病<br>之间有何关系 ..... | 23 |
| 21. 银屑病发病率有性别差异吗 .....                           | 23 |
| 22. 银屑病与饮食有什么关系 .....                            | 24 |
| 23. 银屑病与季节、气候有什么关系 .....                         | 24 |
| 24. 银屑病的发病率为何北方高于南方 .....                        | 25 |
| 25. 什么是冬季型银屑病, 什么是夏季型银屑病 .....                   | 26 |
| 26. 银屑病的发病与工作环境有关吗 .....                         | 26 |
| 27. 为什么说银屑病也是一种身心疾病 .....                        | 26 |
| 28. 银屑病患者是否有自主神经功能紊乱 .....                       | 28 |
| 29. 银屑病与性格有关吗 .....                              | 29 |
| 30. 银屑病与血型有关吗 .....                              | 29 |
| 31. 哪些药物会引发或加重银屑病 .....                          | 30 |
| 32. 银屑病主要有哪一些类型 .....                            | 31 |
| 33. 银屑病好发于哪些部位 .....                             | 32 |
| 34. 什么是 I 型银屑病和 II 型银屑病 .....                    | 32 |
| 35. 确诊银屑病的依据是什么 .....                            | 33 |
| 36. 诊断银屑病需要与哪些疾病鉴别 .....                         | 33 |
| 37. 银屑病患者需要进行哪些实验室检查或辅助检查 .....                  | 35 |
| 38. 为什么有的病人需要进行切片检查 .....                        | 36 |
| 39. 什么是寻常型银屑病, 有什么特点 .....                       | 37 |
| 40. 银屑病的白色皮屑是怎么形成的 .....                         | 37 |
| 41. 寻常型银屑病的病期和注意要点有<br>哪些 .....                  | 38 |
| 42. 什么是同形反应, 同形反应的发生原因<br>有哪些 .....              | 39 |



|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 43. 什么是点状出血现象 .....                 | 40 |
| 44. 什么是银屑病白斑 .....                  | 40 |
| 45. 银屑病会影响头发和指甲吗 .....              | 41 |
| 46. 什么是点滴状银屑病 .....                 | 42 |
| 47. 什么是脂溢性银屑病 .....                 | 42 |
| 48. 什么是湿疹样银屑病 .....                 | 42 |
| 49. 什么是疣状银屑病 .....                  | 43 |
| 50. 什么是尿布银屑病 .....                  | 43 |
| 51. 什么是关节病型银屑病, 有什么特点 .....         | 44 |
| 52. 什么是脓疱型银屑病, 包括哪些类型, 各有什么特点 ..... | 45 |
| 53. 脓疱型银屑病的发病原因有哪些 .....            | 46 |
| 54. 脓疱型银屑病与寻常型银屑病之间有何联系 .....       | 47 |
| 55. 什么是红皮病型银屑病, 有什么特点 .....         | 47 |
| 56. 为什么会发生红皮病 .....                 | 48 |
| 57. 银屑病的主要病理变化是什么 .....             | 48 |
| 58. 判断银屑病病情轻重的标准是什么 .....           | 49 |
| 59. 什么是 PASI 评分, 它有什么意义 .....       | 50 |
| 60. 银屑病会影响全身健康吗 .....               | 51 |
| 61. 银屑病患者常会有哪些并发症 .....             | 51 |
| 62. 艾滋病患者发生银屑病有什么特点 .....           | 52 |
| 63. 儿童银屑病有何特点 .....                 | 53 |
| 64. 老年人患银屑病有何特点 .....               | 54 |
| 65. 什么是副银屑病, 副银屑病与银屑病有什么区别 .....    | 55 |
| 66. 中医对银屑病是如何认识和辨证的 .....           | 56 |
| 67. 我国在银屑病的防治和研究方面有什么优势 .....       | 57 |



## 二、正确对待银屑病

1. 银屑病可怕吗,得了银屑病应该怎么办 ..... 61
2. 银屑病患者应如何进行自我心理调整 ..... 62
3. 银屑病患者如何与周围的人相处 ..... 63
4. 银屑病患者需要忌口吗 ..... 64
5. 银屑病患者的饮食起居要注意什么 ..... 65
6. 运动对银屑病有好处吗 ..... 66
7. 吸烟对银屑病有影响吗 ..... 66
8. 饮酒对银屑病有何影响 ..... 67
9. 如何看待有关银屑病的偏方和广告 ..... 67
10. 江湖游医靠什么骗取银屑病患者的信任,为什么要到  
正规医院就诊 ..... 68
11. 银屑病患者可以怀孕生育吗 ..... 69
12. 银屑病患者发生其他疾病时有什么要特别注意的 ..... 70
13. 银屑病患者到医院就诊有什么注意事项 ..... 71
14. 银屑病患者什么情况需要到医院复诊 ..... 71
15. 银屑病患者什么情况下需要住院治疗 ..... 72
16. 参加基本医疗保险的银屑病患者怎样就医用药 ..... 73
17. 如何从因特网上获取有关银屑病的信息 ..... 73

## 三、银屑病的治疗



1. 银屑病能彻底治愈吗 ..... 79
2. 银屑病有哪些治疗方法 ..... 80
3. 银屑病为什么要系统治疗 ..... 82
4. 外用药物治疗银屑病有哪些注意

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| 事项 .....                                     | 82  |
| 5. 外用药的剂型有哪些种类 .....                         | 83  |
| 6. 银屑病选择外用药的原则是什么 .....                      | 85  |
| 7. 如何评价外用焦油制剂治疗银屑病的疗效 .....                  | 86  |
| 8. 为什么有时要采用封包疗法治疗银屑病 .....                   | 86  |
| 9. 银屑病能不能用皮质激素治疗 .....                       | 87  |
| 10. 外用皮质激素类药物有哪些, 各有何特点 .....                | 87  |
| 11. 外用皮质激素治疗银屑病的原理是什么 .....                  | 88  |
| 12. 外用皮质激素的用法和用量如何掌握 .....                   | 89  |
| 13. 外用皮质激素有哪些不良反应, 有何对策 .....                | 89  |
| 14. 外用蒽林的用法和注意事项是什么 .....                    | 90  |
| 15. 达力士软膏治疗银屑病效果如何, 用法和注意事项<br>有哪些 .....     | 91  |
| 16. 对银屑病有治疗作用的维生素有哪些, 用法和注意<br>事项是什么 .....   | 92  |
| 17. 维生素 E 为何能用来治疗银屑病, 有什么不良反应 .....          | 95  |
| 18. 什么是维甲酸, 维甲酸能用来治疗银屑病吗 .....               | 96  |
| 19. 外用维甲酸的种类有哪些, 各有何特点 .....                 | 97  |
| 20. 口服维甲酸的种类有哪些, 各有何特点, 应用的注意<br>事项是什么 ..... | 97  |
| 21. 维甲酸类药物有哪些不良反应 .....                      | 98  |
| 22. 在银屑病的治疗中如何看待免疫抑制剂和抗肿瘤药 .....             | 99  |
| 23. 甲氨蝶呤 (MTX) 的用法和注意事项是什么 .....             | 101 |
| 24. 环孢素 A 治疗银屑病的情况如何 .....                   | 102 |
| 25. 什么是免疫调节剂, 免疫调节剂在<br>银屑病治疗中的应用如何 .....    | 103 |
| 26. 脱敏治疗是怎么回事, 能用脱敏疗<br>法治疗银屑病吗 .....        | 104 |
| 27. 银屑病患者洗澡时应注意什么 .....                      | 105 |

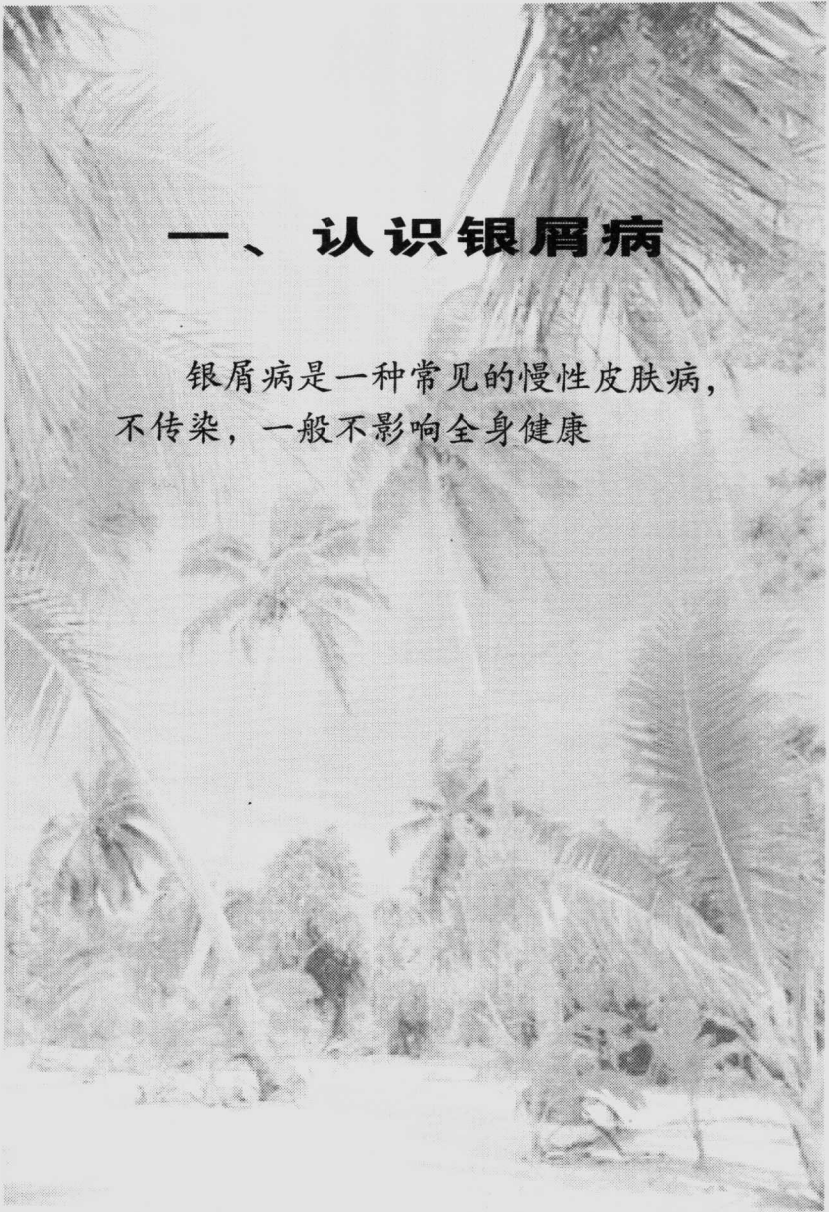


|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 28. 银屑病患者洗澡使用什么样的肥皂好 .....        | 106 |
| 29. 洗温泉对银屑病有治疗作用吗 .....           | 107 |
| 30. 什么是药浴, 银屑病常用的药浴疗法有哪些 .....    | 107 |
| 31. 药浴有哪些注意事项 .....               | 108 |
| 32. 银屑病常用的食疗方法有哪些 .....           | 108 |
| 33. 银屑病怕晒太阳吗 .....                | 109 |
| 34. 什么是黑光, 光疗对银屑病有效吗 .....        | 109 |
| 35. 怎样进行紫外线光疗 .....               | 111 |
| 36. 影响光疗反应的因素有哪些 .....            | 111 |
| 37. 什么是光化学疗法(PUVA) .....          | 112 |
| 38. PUVA 常与哪些疗法联合应用 .....         | 113 |
| 39. 光化学疗法治疗银屑病的作用机制是什么 .....      | 114 |
| 40. 什么是煤焦油光疗(Goeckerman 疗法) ..... | 115 |
| 41. 光疗有哪些不良反应, 怎样防治 .....         | 116 |
| 42. 光化学疗法有哪些不良反应, 怎样防治 .....      | 117 |
| 43. 哪些人不宜用光疗和光化学疗法 .....          | 117 |
| 44. 还有哪些外用药物可以用于银屑病的治疗 .....      | 118 |
| 45. 什么是血浆交换疗法 .....               | 119 |
| 46. 什么是生物反馈疗法 .....               | 120 |
| 47. 发生在头皮的银屑病如何治疗 .....           | 120 |
| 48. 指(趾)甲银屑病如何治疗 .....            | 120 |
| 49. 皮疹瘙痒严重时怎样处理 .....             | 121 |
| 50. 关节病型银屑病的治疗有什么特点 .....         | 122 |
| 51. 脓疱型银屑病的治疗有什么特点 .....          | 123 |
| 52. 红皮病型银屑病的治疗有什么特点 .....         | 123 |
| 53. 银屑病有哪些内分泌疗法 .....             | 124 |
| 54. 银屑病的治疗有哪些最新进展 .....           | 125 |
| 55. 什么是银屑病的基因治疗 .....             | 127 |



|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 56. 中医和西医治疗银屑病各有什么优势 .....        | 128 |
| 57. 国外在银屑病的治疗方面有什么特点 .....        | 128 |
| 58. 中医药如何治疗银屑病 .....              | 129 |
| 59. 针灸可以用来治疗银屑病吗 .....            | 131 |
| 60. 什么是穴位埋线疗法和穴位注射疗法 .....        | 132 |
| 61. 银屑病患者应用中医药治疗时有什么要注意的 .....    | 132 |
| 62. 纯中药制剂是否就意味着安全和无毒副作用 .....     | 133 |
| 63. 银屑病患者应如何根据自己的情况选择最佳治疗方案 ..... | 135 |
| 64. 银屑病皮疹的消退会有哪些变化 .....          | 137 |
| 65. 银屑病皮疹消退后还需要巩固治疗吗 .....        | 137 |
| 66. 银屑病复发怎么办，如何预防复发 .....         | 138 |
| 67. 银屑病的预后怎样 .....                | 139 |
| 68. 最终攻克银屑病的希望何在 .....            | 140 |
| 结束语：走出银屑病的心理误区 .....              | 142 |



A black and white photograph of a tropical beach. In the foreground, there are several palm trees with large fronds. In the background, a sandy beach is visible with a few people lying down, possibly sunbathing. The overall scene is peaceful and scenic.

## 一、认识银屑病

银屑病是一种常见的慢性皮肤病，  
不传染，一般不影响全身健康



## 1. 什么是银屑病，银屑病和牛皮癣是一回事吗

银屑病是一种慢性炎症性皮肤病，在皮肤科学中属于红斑鳞屑性皮肤病。这种疾病的特点是在皮肤上发生境界清楚的红色斑疹、丘疹或斑块，上面覆盖有多层银白色或者云母状的皮屑故而得名。银屑病在我国属于常见病、多发病，病情常迁延不愈，反复发作，因此受到专家学者、临床医务工作者和广大患者的广泛关注。

过去银屑病一直被俗称为“牛皮癣”，即使是现在仍然有很多人甚至包括某些医生还把银屑病称作牛皮癣，这是不恰当的。因为在医学上“癣”的概念是指由真菌感染引起的一类皮肤病，如手足癣、体癣、股癣、头癣等，而银屑病并不属于真菌性感染；再者，银屑病的皮损并不像“牛皮”的外观，而中医学有“牛皮癣”这个病，是指皮肤明显增厚状似牛皮的一种皮肤病，相当于现代医学中的神经性皮炎，和银屑病是完全不同的两种疾病。因此，为了理清概念，避免混乱，不宜再继续把银屑病和牛皮癣混为一谈。

我们在临床工作中、在和病人的广泛交



流中发现，皮肤上疹子不雅的外观、持久不退的病变、时常异样的感觉以及反复发作的趋势是银屑病患者最主要的痛苦。所以，认真研究银屑病的病因和发病机制、探讨控制病情的有效措施、预防或减少病情复发就成了作为医务工作者义不容辞的责任。我们期望和所有的银屑病患者一道共同努力，征服银屑病，战胜银屑病。

## 2. 银屑病患者对银屑病的认知情况怎样

认知情况指的是患者对自己所患疾病的认识和了解的程度。在我国，银屑病患者数目非常多，但他们对银屑病的认知情况却不尽如人意，这也是我们为什么要编写本书的主要原因之一。最近的一项针对银屑病患者问卷调查结果表明，对一些有关银屑病的基本知识回答正确率为 44.7%，错误率为 12.5%，不知率为 42.8%，优秀者仅占 18.9%，这说明在银屑病患者中正确掌握银屑病基本知识的比例还是很低的。

调查发现，绝大多数患者(94.3%)都有了解银屑病知识的愿望，认为这对他们很有帮助，能够增强其战胜银屑病的信心。

值得注意的是，相当一部分的银屑病患者(47.5%)有寻找并得到过“偏方”或“秘方”治疗的经历，而 37.7% 的患者曾受到“广告”的影响，去过非正规医疗机构求医。这都使我们感到有紧迫的责任向广大银屑病患者普及有关银屑病的科学知识，帮助大家了解银屑病、认识银屑病，进而能够正确对待银屑病。

## 3. 银屑病患者最常关注的问题有哪些



患者在得知自己患上了银屑病之后，一系列的问题就会自然地涌上心头，迫切希望得到准确而权威的解答。我们在工作中特别留意了银屑病患者最常关心和提出的问题，整理出来主要有以下几方面：

- (1) 什么是银屑病，银屑病是怎么一回事？
- (2) 发生银屑病的原因是什么，我为什么会患上银屑病？
- (3) 银屑病会传染吗？
- (4) 银屑病会遗传给后代吗？
- (5) 银屑病能治好吗，得了银屑病怎么办？
- (6) 银屑病经治疗后能去根吗？
- (7) 什么办法治疗银屑病最有效？
- (8) 治疗银屑病应该选择中药还是西药，外用药好还是内服药好？
- (9) 银屑病为什么老是复发，复发了怎么办？
- (10) 得了银屑病以后，生活中要注意什么？

.....

所有这些问题都来自于银屑病患者，也是众多银屑病患者最希望了解和应该掌握的，我们在本书下面的内容中将以这些问题为核心，以患者对银屑病知识的需要为出发点，联系银屑病的各个方面用问答的形式逐一加以介绍。

#### 4. 银屑病的发病情况是怎样的

我们说银屑病属于常见病、多发病，但到底是怎样一个常见程度，就要用它的发病率和患病率情况来具体描述了。首先必须澄清一下，发病率和患病率是两个不同的概念，容易混淆。发病率指在人群中一定时期内发生的新病例数，通常以年为单位计算；而患病率则指在某一时间人群中患病的总人数。银屑病是一种慢性疾病，其在人群中的发生情况常以年患病率表示，即一年中新、老有症状的患者总数。

银屑病的发病因种族、地域、年龄、性别、环境等差异很大。我国在 1984 年组织进行了全国范围大规模的流行病学调查，结



果发现银屑病总的患病率为 0.123%，也就是说每 10000 个人中就有 12.3 个银屑病患者。同时新的患者还在不断出现，年发病率为 0.01%，如果按当时的 10 亿人口计算，全国每年新发生的银屑病病例大约在 10 万左右。近年虽然未再开展类似的大规模调查，但在多个小范围内进行的调查表明，银屑病的发病率和总的患病人数有逐渐升高的趋势，其原因是多方面的，可能与环境污染、生活节奏加快、心理压力和社会因素以及自然条件的变迁、人口寿命延长等有关。据估计，我国目前银屑病患者的总数已超过 280 万人，所以银屑病已经成为一种严重影响我国人民身心健康的皮肤病，应当引起医学工作者和全社会的高度重视。

## 5. 不同人群中发生银屑病的情况有何特点

不同的人群中银屑病的发生情况差异很大。根据国外的资料，银屑病在普通人群中的总患病率在 0.1% ~ 3.0% 不等。有的人种容易罹患银屑病，而有些人种则不易发病。不同种族的现有资料显示，银屑病在白种人中较常见，美国的患病率为 0.5% ~ 1.5%，估计在美国目前有本病患者 100 万 ~ 300 万人，英国的患病率为 1.6%，挪威为 1.4%，欧洲一般为 1% ~ 2%，北欧较高，法罗群岛为 2.8%；包括我们华人在内的黄种人的发病率次之，多不超过 1%；而在黑种人、阿拉伯人、印尼人、美国印第安人中则更为少见，有些地区或部落甚至几乎从无银屑病发生。

我们国内的情况也反映出不同的人群中银屑病患病率的差异。一般的规律是北方普遍高于南方，城市明显高于农村，男性

常常高于女性。造成这些差异的原因很复杂，目前还没有一个令人十分满意的解释，可能与大气、地理、温度、湿度、日照强度、生活习惯、工作环境、心理负担等都有一定的关系。我国有五十多个民族，各个民族之间银屑病的发病情况也会有所不同，但在现有的

