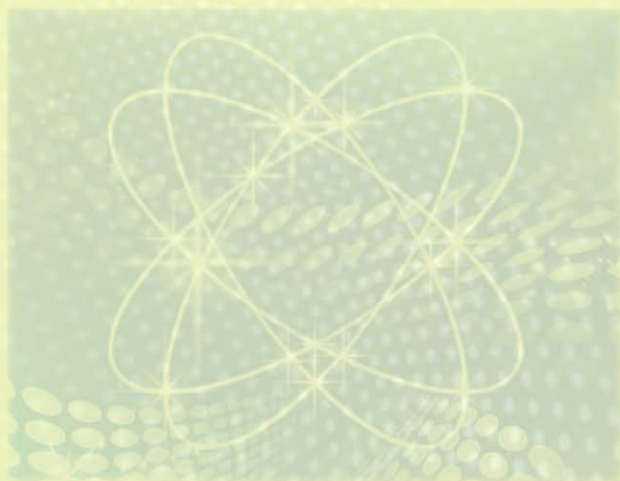


那些年我与瘢痕疙瘩的日子

国宝熊猫 著



郑州大学出版社

那些年我与瘢痕疙瘩的日子

主 审 蔡景龙

点 评 刘林嶧

国宝熊猫 著

郑州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

那些年我与瘢痕疙瘩的日子/国宝熊猫著. —郑州:
郑州大学出版社, 2015. 6

ISBN 978—7—5645—2251—3

I. ①那… II. ①国… III. ①瘢痕疙瘩—修复术
IV. ①R619

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 070291 号

郑州大学出版社出版发行

郑州市大学路 40 号

邮政编码: 450052

出版人: 张功员

发行部电话: 0371—66966070

全国新华书店经销

郑州文华印务有限公司印制

开本: 890 mm×1 240 mm 1/32

印张: 6.25

字数: 158 千字

彩页: 8

版次: 2015 年 6 月第 1 版

印次: 2015 年 6 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978—7—5645—2251—3 定价: 25.00 元

本书如有印装质量问题, 请向本社调换



内 容 提 要

《那些年我与瘢痕疙瘩的日子》，是全身多发性瘢痕疙瘩患者——国宝熊猫将自己亲身求医治疗的经历，以大众化和口语化的语言撰写的国内第一部有关瘢痕疙瘩治疗真实情况的科普性读物。该书事实真切，图文并茂，通俗易懂，不但能为瘢痕及瘢痕疙瘩患者的诊疗提供重要参考，而且能为从事瘢痕疙瘩治疗的医生提供思考。

全书主要内容分为8章：第1~3章较为详细地介绍了作者自身的瘢痕情况及6年的治疗过程，非常坦诚直率地记录了自己的所见、所闻和所想，体现了瘢痕疙瘩患者的心态和欲求，瘢痕疙瘩治疗过程的漫长与艰难；第4~6章重点介绍了求医路上的探索：一是与疤友聚会，互通经验，避免或少走弯路；二是与医生交流，拜访有关专家和参加全国瘢痕修复学术研讨会，了解瘢痕治疗的新技术、新方法，虚心请教，并积极配合治疗，诉说了“久病成医”的故事；三是建立“国宝熊猫瘢痕美容圈”论坛，为广大疤友提供咨询服务；第7章、第8章，总结了自己对瘢痕治疗的宝贵经验，分享给大家参考，体现出了作者的学识和爱心。

该书得到了国内著名的瘢痕研究专家蔡景龙教授和刘林嶠教授的帮助与指导。蔡景龙教授为其作序，刘林嶠教授进行点评。

点评专家介绍



刘林嶓,主任医师,教授,博士研究生导师,郑州大学第一附属医院整形外科、美容外科主任,兼任中国医师协会美容与整形医师分会常委,中国医师协会美容与整形医师分会瘢痕亚专业第二届委员会主任委员,中华医学会医学美学与美容分会常务委员兼副秘书长,中华医学会整形外科分会委员,河南省整形美容协会会长,医学美学与美容学会副主任委员,河南省医学科学普及学会副主任委员,河南省美容与整形医师协会副会长,

郑州市整形外科学会主任委员,《中华医学美学美容杂志》编委,《中国美容医学杂志》常务编委、《中国美容整形外科杂志》常务编委,《中国修复重建外科杂志》编委,《郑州大学学报(医学版)》编委等职务。

1976年参加工作(下乡知青、赤脚医生),开始从医。1977年考入原河南医学院,1982年毕业于河南医学院医疗系获学士学位,留校后在河南医学院(现郑州大学)第一附属医院从事整形外科、美容外科临床医疗、教学和科研工作,曾在上海交通大学第九人民医院、澳大利亚墨尔本阿尔弗雷德医院(the Alfred Hospital)进修一年,临床实践经验丰富,临床操作技术熟练;连续多年主讲外科学总论、美容外科学等外科学主要课程,已经带教硕士和博士研究生30余名,教学效果良好;致力于体表肿瘤的防治、病理性瘢痕的防治、皮肤软组织损伤的整形修复、美容外科等方面的研究,擅长整形外科、美容外科,发表论文60余篇,主编、参编出版了《美容外科学》《美容心理学》《美容外科护理学》和《整形外科综合征》等专著、教材10余部,获省厅级科研成果奖4项、国家专利2项、中国医师协会美容与整形医师分会2005年度美容与整形医师奖、中华医学学会医学美学与美容学会2010年度学科贡献奖。

刘林嶓教授对瘢痕防治有较深入的研究和丰富的临床经验,深受广大同仁与患者的信赖和好评,还受聘兼任江西宜春学院美容医学院、郑州铁路职业技术学院、郑州澍青医学院兼职教授。



详细阅读了全身多发性瘢痕疙瘩患者——国宝熊猫以自己亲身求医治疗瘢痕疙瘩的经历所撰写的《那些年我与瘢痕疙瘩的日子》，颇有感慨，现畅谈如下，是为序。

一、对该书内容的认识

该书共分为 8 章，较为详细地介绍了作者自身的瘢痕情况及 6 年的治疗过程，告知读者瘢痕疙瘩治疗过程的漫长与艰难，重点介绍了求医路上的探索，让患者少走弯路，保持良好心态，积极与瘢痕病魔抗争。还介绍了瘢痕治疗的新技术、新方法。作者总结了自己对瘢痕治疗的宝贵经验，体现出了作者的学识和爱心。

该书语言朴实，少有专业术语，利于广大读者理解和产生共鸣。同时配置了瘢痕治疗与活动中的照片，体现了内容的真实性，也为读者提供了客

观参考。

二、对该书的特点与作用的认识

该书是国内第一部以瘢痕患者为作者,描述自身瘢痕疙瘩治疗的真实经历,以大众化和口语化的语言撰写的瘢痕疙瘩治疗的科普性读物,内容真实,图文并茂,通俗易懂。

首先,该书反映了瘢痕疙瘩患者所承受的痛苦和瘢痕疙瘩治疗的艰难,分享了疤友们治疗瘢痕的宝贵经验,为瘢痕疙瘩患者提供了借鉴,可以让瘢痕疙瘩患者在治疗过程中少走弯路。如国宝熊猫告诉大家:“瘢痕治疗必须接受瘢痕无法去掉的事实,必须从自己做起,包容自己的瘢痕才会正确对待自己的瘢痕;治疗瘢痕无论是药物、注射、激光、同位素敷贴还是手术,都是不能单一进行的,没有一个综合的治疗方案,没有医患两者的互相配合,没有足够的耐心,瘢痕的痛苦永远都无法摆脱!”“熊猫治疗瘢痕的目的是解决痛苦,不是解决美观!只有让瘢痕从心理上摆脱出来,才能正式放下瘢痕带来的痛苦!”

其次,该书反映了瘢痕疙瘩患者的心理状态和治疗欲求,能为从事瘢痕疙瘩治疗的医师提供参考,并鞭策广大医师开展对瘢痕疙瘩治疗的研究,提高对瘢痕疙瘩患者治疗和服务的水平。如

国宝熊猫说：“药物治疗看来是最方便的，但药物根本无法治愈瘢痕；打针是最常规的软化瘢痕的方法，但长期的激素治疗的副作用也不容忽视，且注射时疼痛的煎熬让你痛不欲生。”“保守治疗中大家都非常热衷同位素敷贴治疗，但放射性皮炎副作用的到来犹如慢性中毒那样侵蚀着你的身体，治疗后瘢痕色脱导致美观问题，让你治疗的期望再次升级。”“手术治疗有风险，让大家都毫不犹豫地逃避！所以，单一的治疗方法是不能解决瘢痕问题的，目前最有效的治疗还是依靠综合治疗方法。”

三、对瘢痕疙瘩治疗的建议

笔者基本上同意国宝熊猫的经验总结，所以将该书推荐给广大瘢痕疙瘩患者和从事瘢痕疙瘩治疗的医师们。

在此，笔者从专业的角度为瘢痕疙瘩患者提供以下治疗建议。

第一，预防胜于治疗，注重对瘢痕疙瘩发生的预防。烧伤、创伤、感染和手术是造成瘢痕疙瘩的四大原因，痤疮感染是引起全身大面积、多发性瘢痕疙瘩的“罪魁祸首”，故我们在日常生活中应注意安全，避免皮肤受到损伤。各种造成皮肤损伤的因素出现后，治疗方法的好坏与正确与否，也与

瘢痕疙瘩的发生有着密切的关系,我们应尽可能选择正规的医院和有经验的医师,并与医师密切配合,以最大限度地减少和控制瘢痕疙瘩的发生。如痤疮的早期是毛囊的急性炎症,这时如得到正确治疗,及时控制,避免皮肤较重的损伤,完全可以避免其引起的瘢痕疙瘩发生。

第二,接受瘢痕疙瘩已经发生的事实,了解瘢痕疙瘩治疗的艰难,明确瘢痕疙瘩治疗可能达到的效果,认真地听从医生的治疗建议并积极地配合医生治疗,这是瘢痕疙瘩患者取得较好疗效和早日解除痛苦的良方。但由于认识上的不同,临床上笔者常常遇到一些患者不能理解医师的话,或对医生的话存在怀疑,甚至提出让医生保证“治愈”、保证在多长时间内“治愈”、保证没有风险和副作用等这样或那样的要求,让医生难以回答,医生只能选择“放弃”,事实上是患者失去了正确的治疗机会。患者希望得到“打保票”的医生给予治疗,心情虽然可以理解,但事实上是这个世界还没有有这种“能力”的医生。通常,患者越能理解该病治疗的情况,越能尊重医生和认真配合医生的治疗,其疗效往往就会越好。

第三,瘢痕疙瘩目前尚无特效治疗方法,治疗虽然艰难,但不是没有办法改善和控制。目前用于瘢痕疙瘩治疗的方法有手术治疗、药物治疗(包

括药物口服、外用和瘢痕内注射等)、放射治疗(包括电子线、X 射线照射和同位素敷贴等)、硅凝胶类产品外用、激光治疗、等离子体治疗、加压减张治疗、冷冻治疗、物理康复治疗等。应当明白这些方法各有自己的适应证和优缺点,要根据瘢痕疙瘩的数量、大小、厚薄及患者的治疗需求和经济条件,适当地进行选择。较好的方案,通常是该书作者所体会到的综合治疗方案,而不是盲目地要求应用某种方法。在此,笔者强调以下认识,供朋友们参考。

①)外科手术是成熟瘢痕和瘢痕疙瘩治疗的主要方法,也是最重要的方法。优点是能够去除或缩小瘢痕,能够最大限度地满足患者需求;缺点是手术后又面临新的瘢痕发生的风险,均需要采用促进切口愈合、预防瘢痕增生的措施辅助治疗。瘢痕疙瘩单纯手术后复发率极高,应采用“手术+放射疗法”或“手术+药物注射疗法”为主的方法综合治疗,也可单纯选用瘢痕内药物注射疗法或放射疗法,但不宜单纯采用手术治疗。鉴于瘢痕疙瘩不能自行消退且日益长大、越大治疗越困难、其他方法难以缩小瘢痕面积的特点,笔者主张早期行“手术切除+放射治疗”为主的方法综合治疗,能够较好地控制瘢痕疙瘩过度长大。此方法经过数百例患者临床应用,效果较好,术后 1 年的

复发率可控制在 10% 以下。该书作者的亲身体会也证实了这一认识的正确。

②) 瘢痕内药物注射治疗是除手术以外瘢痕预防和治疗有明显疗效的方法, 可使瘢痕变平、变软, 明显减轻症状, 疗效肯定, 应用方便。但此方法还存在以下缺点: ①注射时有明显的疼痛; ②不能缩小瘢痕面积; ③影响机体状况明显, 并发症较多, 如月经紊乱, 造成皮下组织萎缩、变薄等; ④停药后复发率较高, 需要长期的药物注射维持疗效。

③) 放射疗法治疗瘢痕疙瘩的疗效肯定, 但患者或其家长担心此方法抑制幼儿的生长发育及具有潜在的致癌性, 事实上这是受肿瘤放射治疗副作用的影响而产生的误解, 因为瘢痕疙瘩的放射治疗从射线种类、照射剂量和照射深度方面与肿瘤的放射治疗有很大的差别, 一般均比较安全, 疗效远远高于风险。应注意, 放射治疗多用于手术后瘢痕疙瘩复发的预防, 同位素敷贴治疗多用于较小、较薄的瘢痕疙瘩。目前小型 X 射线放疗机器的出现为瘢痕疙瘩的放射治疗提供了方便。

④) 加压疗法、药物口服和外用、硅凝胶类产品外用、物理康复治疗等单独用于瘢痕疙瘩治疗效果较差, 多作为瘢痕疙瘩的辅助治疗手段。

⑤) 激光和等离子体治疗浅表瘢痕的效果较

为肯定,但其用于治疗瘢痕疙瘩,目前还在研究中,疗效尚难以做出评价。

别的不多说了,最后希望该书的出版能够造福于广大的瘢痕疙瘩患者!

中国医学科学院整形外科医院二级教授、科主任
清华大学北京协和医学院整形外科博士研究生导师
中国医师协会美容与整形医师分会常委
瘢痕专业委员会第一届主任委员
中国整形美容协会重建与整形外科分会常务委员
山东省医师协会美容与整形医师分会第一届主任委员

蔡景龙

2014年8月26日





2007年7月，我由于受到瘢痕疼痛增生的折磨，不得不辞职回家。在丈夫的支持下，我开通了网络，在网络上寻找更好的治疗瘢痕的方法。几年的网络生涯，不但让我获得了治疗瘢痕的丰富经验，还让我从瘢痕的痛苦中彻底摆脱出来。在历尽辛酸的治疗之路上，我建立了国宝熊猫瘢痕美容圈论坛网站，把自己所有的信息与众共享。后来得到一群惺惺相惜的病友的提议和鼓励，也受到了瘢痕专家的支持与帮助，将我的治疗经历汇总出书，让更多的人能分享我的经历。治疗瘢痕的路不好走，希望有了国宝熊猫的经历分享，能让你在治疗上少走弯路，对治疗有更好的认识。

亲爱的疤友们，我们是社会上一群另类的弱势群体！

我们没有罹患绝症，但我们所承受的痛苦并不比患绝症者少；

我们不是残疾，但我们所承受的歧视并不比残疾人轻！

瘢痕！让我们痛苦，更让目前世界上的整形外科医生无奈！

让我们一起来面对，一起来挑战吧！

本书全部内容都是我自己的真实经历，所分享的都是我的个人经验，不代表权威，仅代表我个人的意见。

此书得以出版，首先要感谢中国医师协会美容与整形医师分会瘢痕专业委员会第一届主任委员蔡景龙教授，他是国内第一部瘢痕学专著《现代瘢痕治疗学》的主编，“瘢痕疙瘩发病的肿瘤源性学说”和“瘢痕防治动态综合疗法”的首提人，鼓励我用自身瘢痕疙瘩治疗的真实经历来撰写瘢痕疙瘩治疗的科普性读物，以此来普及瘢痕治疗知识，告知读者瘢痕疙瘩治疗过程是漫长而艰辛的，需要有极大的耐心、积极的心态并持之以恒地坚持！其次要感谢中国医师协会美容与整形医师分会瘢痕专业委员会第二届主任委员刘林嶧教授，他在百忙中抽出宝贵的时间，细致阅读、修正、润色此书，并根据自己的渊博知识，写出了点评，以期为广大读者提供正确的、可行的建议，体现了他严谨、认真、负责的科学态度和社会责任！更要感谢郑州大学出版社杨秦予副总编辑对此选题的选定和在编辑出版过程中付出的辛勤劳动。

“疤痕”是老百姓的俗语，按照全国科学技术名词审定委员会公布的名词应为“瘢痕”，所以书中涉及“疤痕”一词时，均改为“瘢痕”。

国宝熊猫

2014 年 7 月





第一章 国宝熊猫的瘢痕情况\1

第二章 五年漫长治疤路\7

第一节 第一轮同位素贴敷\7

一、第一次做磷-32 敷贴\8

二、第二次做磷-32 敷贴\9

三、第三次做磷-32 敷贴\12

四、第四次做磷-32 敷贴\14

五、第五次做磷-32 敷贴\18

六、一年总结与新的一年期望\19

第二节 瘢痕内注射+同位素敷贴\22

一、第一次瘢痕内药物注射+敷贴综合治疗顽固性
瘢痕疙瘩\22

二、第二次瘢痕内药物注射+敷贴综合治疗\24

三、第八次同位素敷贴治疗\27

第三节 金秋十月北京求医路\30

第四节 新一轮同位素敷贴\35

一、第九次同位素敷贴治疗\35

- 二、第十次同位素敷贴治疗\39
- 三、北京空军总医院铈-90 第二疗程治疗\41
- 四、第十一次同位素敷贴治疗\44
- 五、第十二次同位素敷贴治疗\46
- 六、第十三次同位素敷贴治疗\47
- 七、第十四次同位素敷贴治疗\48
- 第五节 瘢痕发炎溃破自救\49
- 第六节 就诊北京疤康诊所\50
 - 一、北京疤康诊所首次治疗\50
 - 二、北京疤康诊所第二次治疗\52
 - 三、北京疤康诊所第三次治疗\53
 - 四、北京疤康诊所第四次治疗\54
 - 五、北京疤康诊所第五次治疗\56
- 第七节 放射性皮炎瘢痕放血记\57
- 第八节 历经沧桑终解脱\60

第三章 果断赴京手术治疗遗留问题\65

- 第一节 一夜血染的风采让我坚定了赴京手术的
决心\65
- 第二节 北京八大处整形医院的手术日子\66
- 第三节 国宝熊猫北京手术切除成功经验分享\72

第四章 同一个天空,同一个梦想\75

- 第一节 网络上首次大型病友见面交流会引起媒体
关注\75
 - 一、首届中国疤友交流会\75
 - 二、瘢痕患者首次引起媒体的关注\76