

疾病自我管理丛书

JIBING ZIWO GUANLI CONGSHU



• 丛书顾问 / 匡培根
• 丛书主编 / 张明群(美)

老年性皮肤与 皮肤病 防治

知识问答

LAONIANXING PIFU
YU PIFUBING FANGZHI
ZHISHI WENDA

编 著 /
审 阅 /
编著单位 /



NLIC 2970694727



中国出版社
国家一级出版社
全国百佳图书出版单位



疾病自我管理丛书

老年性皮肤与皮肤病 防治知识问答

丛书顾问 / 匡培根

丛书主编 / 张明群 (美)

编 著 / 尹国华 程月爱

审 阅 / 马 兰

编著单位 / 山西省太原市中心医院皮肤科



 中国出版社
国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

老年性皮肤与皮肤病防治知识问答 / 尹国华, 程月
爱编著. —北京: 中国社会出版社, 2010. 12

(疾病自我管理丛书 / 张明群 (美) 主编)

ISBN 978 - 7 - 5087 - 3355 - 5

I. ①老… II. ①尹…②程… III. ①老年病: 皮肤
病—防治—问答 IV. ①R751 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 183197 号

丛 书 名: 疾病自我管理丛书

书 名: 老年性皮肤与皮肤病防治知识问答

丛书顾问: 匡培根

丛书主编: 张明群 (美)

编 著: 尹国华 程月爱

审 阅: 马 兰

编著单位: 山西省太原市中心医院皮肤科

责任编辑: 冯义龙

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号

电话: 编辑部: (010) 66026807

邮购部: (010) 66060275

销售部: (010) 66080300 传真: (010) 66051713

(010) 66051698 传真: (010) 66080880

(010) 66080360 (010) 66063678

网 址: www.shcbs.com.cn

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 153mm × 225mm 1/16

印 张: 12.5

字 数: 102 千字

版 次: 2011 年 1 月第 1 版

印 次: 2011 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 20.00 元

《疾病自我管理丛书》编委会

丛书顾问：匡培根 中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会主任
中国人民解放军总医院教授

丛书主编：张明群（美）中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会
副主任 首都医科大学宣武医院心脑血管病综合防治中心主任

编委：（以姓氏笔画为序）

王炎峰（美）中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会副主任

王新生 中国医学科学院天坛医院神经外科副主任医师

尹国华 山西省太原市中心医院皮肤科主任

田成林 中国人民解放军总医院神经内科副主任医师

田慧 中国人民解放军总医院南楼内分泌科主任

匡培根 中国人民解放军总医院专家组成员

吉训明 首都医科大学宣武医院副院长

刘佑琴 首都医科大学宣武医院体检中心主任

陆菊明 中国人民解放军总医院内分泌科主任

何静杰 中国康复中心神经康复科主任医师

张小澍 中国人民解放军第261医院神经内科主任

张松 中国人民解放军第261医院院长

贾建军 中国人民解放军总医院南楼神经内科主任医师

陶国枢 中国人民解放军总医院老年研究所教授

管维平 中国人民解放军总医院南楼神经内科主任医师

总 序

进入 21 世纪以来，随着我国经济的快速发展和老龄化进程的加速，健康教育已经越来越受到大家的重视。通过健康教育，不仅要防治常见病、多发病的科学知识普及到大众中去，更重要的是促使人们养成健康的生活方式，提高自我保健能力，为全民健康素质提高打下良好的基础。

近年来，中央文明办、民政部等部门为满足中老年人群的需求，组织了“夕阳红工程图书”编写工作，以充实城乡万家社区图书室。中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会受委托组织编写的“疾病自我管理丛书”，以中老年常见病、多发病为主，2009 年已经出版了有关高血压、糖尿病、血脂异常、冠心病、脑血管病防治问题的图书。2010 年继续组织专家分批陆续编写更多的相关读物，涉及更广泛的常见病。因为这些都是对中老年人危害很大的疾病，加上有太多

的困惑和误区，需要我们把这方面的知识介绍给患者及其家属，使广大中老年朋友从中获益。

“疾病自我管理丛书”的编委和作者都是在百忙的临床工作之余不辞辛劳，付出了大量的精力，牺牲休息和节假日，牺牲了与家人团聚的时间，才使丛书在较短时间内得以完稿。他们对待大众健康教育工作的认真态度和奉献精神使我钦佩与感激。尽管各位编者都作出了许多努力，但其中仍难免有一些不足之处，希望专业的医务工作者和广大读者提出宝贵的意见和建议，为我们今后继续出版更多、更好的健康教育作品，为广大的人民群众服务，为促进社会发展贡献一份力量。

还要对为本丛书付出大量心血的责任编辑冯义龙同志致以最诚挚的敬意和衷心的感谢。

张明群

中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会副主任
首都医科大学宣武医院心脑血管病综合防治中心主任

前 言

近年来皮肤病的书籍出版了很多，有大部头全科皮肤病专著，也有包括某些系统，甚至单一病种的皮肤病书籍，这些书本主要是供医学专业人员使用的。

随着年龄的增长，老年人皮肤和皮肤病可发生一些较大的变化。一些老年性皮肤平时如果能很好地自我保护，是可以避免发生某些皮肤病的，而另一些老年性皮肤病在日常生活中如果能够自己注意得好，甚至不用到医院就诊，通过自我保健和护理，也可以减轻这些疾病甚至自愈。但如何将这些很专业的医学知识让大多数不具备医学知识的老年人所接受和理解，这应该是尹国华教授撰写这本册子的目的。因工作关系没有时间仔细阅读该书的手稿，但作者请我为本书写个序，故又必须得看一下本书，通过对《老年性皮

肤与皮肤病防治知识问答》的大概了解，作者能够将专业知识巧妙地转化为科普性知识和语言传递给广大的读者。这本小册子达到了作者的目的。看过之后我欣然为本书写了一个小序，本书是一本值得推荐的好书。

张开明

山西省太原市中心医院皮肤科主任



目 录

总序 / 1

前言 / 1

第一章 皮肤的基础知识 / 1

1. 皮肤的结构包括什么 / 1
2. 什么是表皮 / 1
3. 什么是真皮 / 2
4. 什么是皮下组织和皮肤的附属结构 / 2
5. 皮肤的生理功能包括什么 / 3
6. 什么是健康皮肤 / 5
7. 健康皮肤的衡量标准是什么 / 8
8. 皮肤分为几种类型 / 9



9. 中性皮肤如何合理饮食 / 10
10. 干性皮肤怎样合理饮食 / 11
11. 油性皮肤和敏感性皮肤如何合理饮食 / 12
12. 不同类型的皮肤如何清洁与护理 / 13

第二章 老年性皮肤病基础知识 / 15

1. 如何在日常生活中提高老年人的皮肤抗病能力 / 15
2. 如何用免疫增强剂提高老年人皮肤的抗病能力 / 17
3. 皮肤病发病的常见因素有哪些 / 18
4. 什么是色素障碍性皮肤病 / 19
5. 皮肤肿瘤和癌前期病变的表现是什么 / 19
6. 感染性皮肤病疾病的特点是什么 / 20
7. 什么是皮肤瘙痒症 / 20
8. 老年人的皮肤如何养护 / 21
9. 老年人冬季如何保护皮肤 / 21
10. 皮肤科常用抗过敏药物包括哪些 / 22
11. 过敏的常见临床表现是什么 / 23
12. 抗过敏药中第一代抗组胺药副作用是什么 / 23
13. 抗过敏药中第二代抗组胺药副作用有什么 / 24
14. 长期应用抗过敏类药物可引起体重增加吗 / 25
15. 长期、大量应用糖皮质激素可引起什么



- 不良反应 / 26
16. 长期外用糖皮质激素有什么副作用 / 28
17. 如何正确选用皮肤病外用药 / 29
18. 使用外用药有什么原则 / 30
19. 使用外用药有什么禁忌 / 31
20. 什么叫瘙痒 / 31
21. 引起瘙痒的机理是什么 / 32
22. 皮肤病患者如何忌口 / 33
23. 为什么老年人容易发生皮肤干燥 / 35
24. 什么是老年性皮肤瘙痒症 / 36
25. 秋冬季老年人为什么容易患皮肤瘙痒症 / 36
26. 老年性皮肤瘙痒症怎样治疗 / 37
27. 老年性皮肤病怎样预防 / 38
28. 如何延缓出现老年性白发 / 39

第三章 常见老年性皮肤病的防治 / 41

一、常见于夏季的皮肤病 / 41

1. 什么是夏季皮炎 / 41
2. 夏季皮炎如何防治 / 42
3. 老年人夏季易患浸渍性皮炎吗 / 43
4. 什么是痱子 / 43
5. 为什么老年人夏季易患痱子 / 44
6. 痱子如何治疗 / 45



7. 痒子如何预防 / 45
8. 老年人夏季易患日光性皮炎吗 / 46
9. 什么是日光性皮炎 / 47
10. 日光性皮炎如何防治 / 48
11. 什么是隐翅虫皮炎 / 49
12. 老年人秋冬季易患隐翅虫皮炎吗 / 49
13. 隐翅虫皮炎如何防治 / 50

二、阴囊湿疹 / 52

1. 什么是阴囊湿疹 / 52
2. 引起阴囊湿疹的原因是什么 / 52
3. 阴囊湿疹如何治疗 / 53
4. 阴囊湿疹如何预防 / 54

三、面部激素依赖性皮炎 / 55

1. 什么是面部激素依赖性皮炎 / 55
2. 面部激素依赖性皮炎引起的原因是什么 / 56
3. 面部激素依赖性皮炎如何防治 / 56

四、染发性皮炎 / 58

1. 什么是染发性皮炎 / 58
2. 染发性皮炎临床特点是什么 / 58
3. 染发性皮炎如何治疗 / 59
4. 染发性皮炎如何预防 / 60



五、荨麻疹 / 61

1. 什么是荨麻疹 / 61
2. 荨麻疹发病原因有哪些 / 62
3. 荨麻疹日常生活有哪些禁忌 / 64
4. 荨麻疹怎样治疗 / 65

六、银屑病 / 66

1. 什么是银屑病 / 66
2. 较少见的银屑病有哪些类型 / 67
3. 银屑病的发病原因是什么 / 68
4. 银屑病患者秋冬季病情会加重吗 / 70
5. 银屑病如何治疗 / 70
6. 银屑病的治疗方法有哪些 / 72
7. 银屑病的治疗误区是什么 / 72
8. 老年性银屑病有什么特点 / 74
9. 银屑病治疗期间须注意什么 / 75

七、红皮病 / 77

1. 什么是红皮病 / 77
2. 红皮病的病因是什么 / 79
3. 红皮病如何治疗 / 80

八、脂溢性皮炎 / 82

1. 什么是脂溢性皮炎 / 82



2. 脂溢性皮炎的临床表现有哪些 / 82

3. 脂溢性皮炎如何防治 / 83

九、手足癣 / 85

1. 手足癣是什么样的疾病 / 85

2. 手足癣的传染途径是什么 / 86

3. 手癣是否能做饭、洗衣服呢 / 87

4. 手足癣如何治疗 / 88

5. 手足癣如何预防 / 88

6. 什么是甲癣病 / 89

7. 哪些人易感染甲癣 / 90

8. 甲癣如何防治 / 90

9. 什么是股癣 / 91

10. 老年人易患股癣吗 / 92

11. 股癣如何防治 / 92

12. 用糖皮质激素软膏治疗股癣为什么
越治越严重 / 93

十、毛囊炎 / 94

1. 什么是毛囊炎 / 94

2. 什么是疖和疖病 / 94

3. 什么是痈 / 95

4. 毛囊炎、疖及痈如何治疗 / 96

5. 如何预防毛囊炎、疖及痈 / 96

6. 什么是丹毒 / 97



7. 什么人易患丹毒 / 98

8. 丹毒如何防治 / 99

十一、疱疹 / 100

1. 什么是单纯疱疹 / 100

2. 有哪些特殊类型的疱疹性疾病 / 101

3. 什么是生殖器疱疹 / 102

4. 引起单纯疱疹和生殖器疱疹的原因和机理
是什么 / 103

5. 单纯疱疹和生殖器疱疹如何治疗 / 104

6. 如何预防疱疹 / 105

7. 生殖器疱疹为何屡治屡犯 / 106

8. 什么是带状疱疹 / 107

9. 带状疱疹的典型表现是什么 / 107

10. 带状疱疹如何治疗 / 108

11. 带状疱疹的预防与注意事项是什么 / 109

12. 老年人患带状疱疹为什么容易遗留
神经痛 / 110

十二、尖锐湿疣 / 112

1. 什么是尖锐湿疣 / 112

2. 尖锐湿疣亚临床感染 / 113

3. 什么是醋酸白实验 / 113

4. 老年人患尖锐湿疣有几条传播途径 / 114

5. 患尖锐湿疣后, 心理康复需注意些什么 / 115



6. 尖锐湿疣如何治疗 / 116
7. 尖锐湿疣免疫疗法有哪些 / 117
8. 尖锐湿疣治疗期间应注意些什么 / 118
9. 尖锐湿疣的危害有哪些 / 119

十三、梅毒 / 121

1. 什么是一期梅毒 / 121
2. 什么是二期梅毒 / 122
3. 什么是三期梅毒 / 124
4. 梅毒的传染途径有几条 / 126
5. 梅毒如何治疗 / 126

十四、其他老年皮肤病 / 128

1. 什么是色素性紫癜性皮肤病 / 128
2. 什么是老年性紫癜 / 129
3. 什么是郁积性皮炎 / 130
4. 郁积性皮炎如何防治 / 131
5. 什么是老年斑 / 132
6. 老年斑是如何发生的 / 132
7. 老年斑如何防治 / 133
8. 老年斑增多可提示哪些疾病 / 134
9. 什么是老年性白斑 / 135
10. 患老年白斑为何要少用富含维生素 C 的药物和水果 / 135
11. 什么是老年性血管瘤 / 136



12. 什么是老年性皮脂腺增生 / 136
13. 什么是更年期角皮症 / 137
14. 什么是鸡眼和胼胝 / 138
15. 鸡眼和胼胝如何防治 / 139
16. 什么是手足皲裂 / 140
17. 手足皲裂发生的原因是什么 / 140
18. 手足皲裂如何防治 / 141
19. 大疱性类天疱疮是什么病 / 141
20. 大疱性类天疱的特殊类型有哪些表现 / 142
21. 大疱性类天疱疮如何治疗 / 142
22. 什么是白癜风 / 143
23. 白癜风有哪些类型 / 144
24. 白癜风的病因是什么 / 145
25. 白癜风如何治疗 / 147
26. 白癜风怎样预防 / 148
27. 什么是光线性类网织细胞增生症 / 149
28. 光线性类网织细胞增生症的防治方法
有哪些 / 150

第四章 皮肤癌和癌前病变 / 151

1. 什么是角化棘皮瘤 / 151
2. 角化棘皮瘤如何治疗 / 153
3. 什么是日光性角化病 / 153