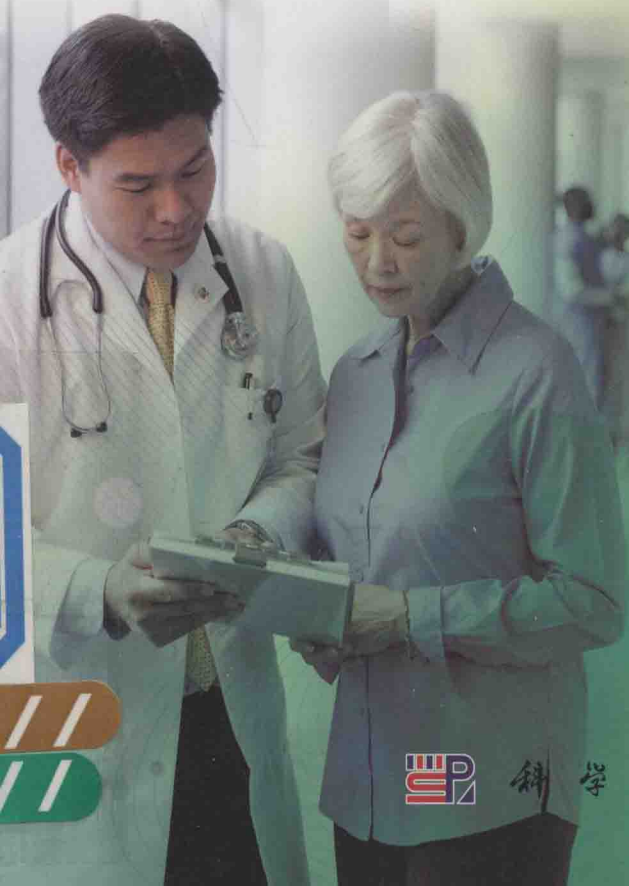


老年人皮肤病100问





上海市老年教育普及教材
上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室

老年人皮肤病 100 问

科学出版社

北 京

图书在版编目(CIP)数据

老年人皮肤病100问/上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室. —北京:科学出版社, 2013.11

上海市老年教育普及教材
ISBN 978-7-03-038661-8

I. ①老… II. ①上… III. ①老年人—皮肤病—防治问题解答 IV. ①R751-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第222349号

老年人皮肤病100问

上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室
责任编辑/潘志坚 陆纯燕

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号 邮编:100717

www.sciencep.com

上海锦佳印刷有限公司

开本 787×1092 1/16 印张 8 字数 82 000

2013年11月第一版第一次印刷

ISBN 978-7-03-038661-8

定价:20.00元

如有印装质量问题,请与我社联系调换。

版权所有 侵权必究

上海市老年教育普及教材编写委员会

顾 问：袁 雯

主 任：李骏修

副 主 任：俞恭庆 刘煜海 庄 俭 袁俊良

委 员：夏 瑛 符湘林 王莳骏 李学红

沈 韬 曹 珺 陆耕丰 熊仿杰

阮兴树 郭伯农 包南麟 朱明德

李亦中 张主方

本书编写组

编 著：王宏伟

丛书策划

朱岳桢 杜道灿 黄知和

前 言

根据上海市老年教育“十二五规划”提出的实施“个、十、百、千、万”发展计划中“编写100本老年教育教材,丰富老年学习资源,建设一批适合老年学习者需求的教材和课程”的要求,在上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室、上海市老年教育领导小组办公室和上海市教委终身教育处的指导下,由上海市老年教育教材研发中心会同有关老年教育单位和专家共同研发的首批“上海市老年教育普及教材”,共58本正式出版了。

此次出版“上海市老年教育普及教材”的宗旨是编写一批能体现上海水平的、具有一定规范性、示范性的老年教材;建设一批可供老年学校选用的教学资源;完成一批满足老年人不同层次需求的、适合老年人学习的、为老年人服务的快乐学习读本。

“上海市老年教育普及教材”的定位主要是面向街(镇)及以下老年学校,适当兼顾市、区老年大学的教学需求,力求普及与提高相结合,以普及为主;通用性与专门化相兼顾,以通用性为主。编写市级普及教材主要用于改善街镇、居村委老年学校缺少适宜教材的实际状况。

“上海市老年教育普及教材”在内容和体例上尽力根据老年人学习的特点进行编排,在知识内容融炼的前提下,强调基础、实用、

前沿；语言简明扼要、通俗易懂，使老年学员看得懂、学得会、用得上。教材分为三个大类：做身心健康的老年人；做幸福和谐的老年人；做时尚能干的老年人。每个大类包涵若干教材系列，如“老年人万一系列”、“老年人常见病100问系列”、“健康在身边系列”、“老年人心灵手巧系列”、“老年人玩转信息技术系列”等。

“上海市老年教育普及教材”在表现形式上，充分利用现代信息技术和多媒体教学手段，倡导多元化教与学的方式。第一批教材中有半数课程配有多媒体课件，部分动手课程配有实物学习包。在年内开通的老年教材移动终端平台上，老年人可以免费下载所有教材的电子版，免费浏览所有多媒体课件，逐步形成“纸质书、电子书、计算机网上课堂和无线终端移动课堂”四位一体的老年教材资源。

“上海市老年教育普及教材”编写工作还处于起步阶段，希望各级老年学校、老年学员和广大读者提出宝贵意见。

上海市老年教育普及教材编写委员会

2013年8月

编者的话

据上海市民政局、上海市老龄办、上海市统计局联合发布的上海市老年人口统计情况显示,截至2012年12月31日,本市户籍60岁及以上的老年人口占全市户籍总人口的25.7%,达367.32万人。其中,70岁以上人口占46%。人的寿命延长了,是个可喜现象,但许多老年人带病生活的状态告诉我们,老年人需要延长寿命,但更需要的是提高生命质量。因此,对老年人及其家庭来说,就要充分重视对疾病的防控,增强自身的健康意识,掌握保健知识,做到防病于未然,治病于早期,不死于无知,从而使人口老龄化提升到健康老龄化。

近年来,上海的健康教育工作内容丰富,亮点突出,富有成果。2012年,上海市民健康素养的总体具备率已经达到了14.38%,列全国前茅。2013年上海市卫生局局长徐建光提出“2013年卫生部门还要促进与多部门合作和交流,完善健康教育的工作网络,拓展健康教育工作领域,增加健康教育的覆盖面”。策划并出版本套以老年人为读者对象的“老年人常见病100问”丛书,正是上海市教委参与市民健康教育,促进健康老龄化的公益性举措,是

上海健康教育工作的一个组成部分。

在本套丛书的策划和编写过程中,民盟上海市委给予了大力的支持和帮助,民盟市委社会服务部和民盟上海申康医院发展中心委员会邀请和组织了上海部分市属医院的专家在百忙之中承担了书稿的撰写工作,这里谨致以崇高的敬意和衷心的感谢。

健康教育工作是一项长期的系统工程,需要理论的探索和实践的总结,我们希望本套丛书的出版,能对老年人增加健康知识,提高疾病防控能力,提升生命质量起到积极的促进作用。

医生简介

王宏伟 主任医师、教授 复旦大学附属华东医院皮肤科主任,主要从事老年皮肤病学及皮肤病治疗领域的研究,特别是疑难性皮肤病和皮肤肿瘤诊疗。任民盟上海市委医疗卫生委员会委员,中华医学会皮肤病性病学会皮肤组织病理学组委员;中国麻风协会理事,上海麻风协会理事;上海市皮肤病性病学会委员;上海市中西医结合皮肤病学会委员;上海市中医药学会皮肤科分会委员;上海市医学会激光医学分会光动力学组委员;上海市皮肤科临床质量控制中心专家委员;教育部“国家科技奖励”评审专家;上海市卫生科技评审专家;《中华皮肤科杂志》、《中华临床医师杂志》审稿人,《临床皮肤科杂志》特约撰稿人和审稿人,《皮肤病与性病》、《老年医学与保健》杂志编委,《皮肤科世界报告》杂志病理栏目主持人。发表文章90余篇,其中SCI 20篇,科研课题18项,国家级继续教育项目10项。获上海科技成果5项、科技进步奖2项、国家专利3项。

专家门诊:周五上午,复旦大学附属华东医院;周四全天,复旦大学附属华东医院闵行分院。

特需门诊:周二、周三,复旦大学附属华东医院。

目 录

1	认识老年人皮肤病	1
1.1	病毒性皮肤病	3
1.2	细菌性皮肤病	5
1.3	真菌性皮肤病	6
1.4	昆虫性皮肤病	8
1.5	皮炎和湿疹	9
1.6	荨麻疹和药疹	13
1.7	物理性皮肤病	14
1.8	瘙痒性皮肤病	16
1.9	红斑鳞屑性皮肤病	18
1.10	皮炎	19
1.11	大疱性皮肤病	20
1.12	血管性皮肤病	20
1.13	皮肤附属器官疾病	22
1.14	色素性皮肤病	24
1.15	遗传性皮肤病	26
1.16	营养与代谢障碍性皮肤病	27
1.17	良性皮肤肿瘤	29

1.18 恶性皮肤肿瘤

31

2

老年人皮肤病知识 100 问

37

- | | | |
|------|-----------------------|----|
| 2.1 | 老年人洗头有讲究吗? | 38 |
| 2.2 | 老年人洗澡有讲究吗? | 38 |
| 2.3 | 老年人贴身衣物为何强调全棉、柔软和本色? | 39 |
| 2.4 | 老年人患皮肤病, 饮食有何讲究? | 39 |
| 2.5 | 老年人晒太阳的学问 | 40 |
| 2.6 | 紫外线与皮肤癌有关系吗? | 41 |
| 2.7 | 黄色人种的皮肤癌发病率为什么低于浅色人种? | 41 |
| 2.8 | 为何老年人频发药物性皮炎? | 42 |
| 2.9 | 糖尿病老人如何进行皮肤护理? | 43 |
| 2.10 | 长期卧床的老年人皮肤如何护理? | 43 |
| 2.11 | 老人为何易患“老烂脚”? | 44 |
| 2.12 | “老烂脚”治疗为何有难度, 能预防吗? | 45 |
| 2.13 | 维生素与人体皮肤有什么关系? | 46 |
| 2.14 | 必需的微量元素对人体皮肤的作用是什么? | 46 |
| 2.15 | 困扰日久的老年瘙痒症应注意什么? | 47 |
| 2.16 | 老年人外阴瘙痒常见原因有哪些? | 48 |
| 2.17 | 老年人使用外用药时要注意什么? | 49 |
| 2.18 | 老年人药物代谢的特点? | 49 |
| 2.19 | 如何正确认识糖皮质激素? | 50 |

2.20	早期的抗过敏药物有哪些特点?	51
2.21	新一代抗过敏药物有哪些特点?	51
2.22	带状疱疹是传染来的吗?	52
2.23	带状疱疹表现如何? 为什么患者会感到疼痛?	52
2.24	为什么强调带状疱疹的早期发现和尽早治疗?	53
2.25	带状疱疹的治疗策略有哪些?	54
2.26	烦人的复发性单纯疱疹能根除吗?	54
2.27	老年人为何易发病毒性疣?	55
2.28	跖疣是不是平时所说的“鸡眼”?	55
2.29	对病毒疣都有哪些治疗方法?	56
2.30	烦人的毛囊炎为何反复发作?	57
2.31	为何要重视“流火”的复发和治疗?	57
2.32	如何避免老年人甲沟炎的发生?	58
2.33	饲养宠物也能导致皮肤病吗?	59
2.34	螨虫如何致病,又存在于何处?	59
2.35	疥疮如何发生? 有无传染?	60
2.36	如何科学、理性地对待老年皮肤瘙痒症?	61
2.37	为何皮肤科医生常使用糖皮质激素药物?	61
2.38	用糖皮质激素药物时应注意些什么?	62
2.39	真菌是何物? 又怎样侵犯老年人?	63
2.40	老年人常见的浅部真菌病有哪些? 怎样防治?	64
2.41	为何越来越多的侵袭性真菌感染侵犯老年人?	64
2.42	民间有“足癣不能治,治好会得大病”的说法,对吗?	65

2.43	股癣有何表现,如何预防和治疗?	66
2.44	为何“灰指甲”多见于老年人?	66
2.45	老年人得了“灰指甲”应如何治疗?	67
2.46	夏天身上长“汗斑”是咋回事?怎么预防和治疗?	68
2.47	老年人也会得“鹅口疮”吗?	68
2.48	念珠菌病对老年人有何危害?	69
2.49	为什么家里多人被诊断为“丘疹性荨麻疹”?	69
2.50	老年人为何还发冻疮,应如何防治?	70
2.51	老年人多有手足皲裂,如何防治?	71
2.52	为什么春天易发“日光性皮炎”,而不是夏季?	72
2.53	对日光过敏者,在饮食方面应注意些什么?	73
2.54	预防日光所造成的皮肤伤害有何妙招?	73
2.55	夏季老年人容易出现哪些皮肤问题?	74
2.56	防晒霜上面写的“SPF”、“PA”是什么意思?如何选用?	74
2.57	染发前做了过敏试验,咋还会过敏?	75
2.58	手湿疹为何多发,却难以治疗?	76
2.59	何种原因会导致难以捕捉的“风疹块”?	76
2.60	药物过敏有哪些类型和特点?	77
2.61	哪些药物容易引发老年人药疹,如何预防?	78
2.62	老年人所患瘙痒性疾病是不是都叫老年皮肤瘙痒症?	79
2.63	奇痒难忍的“痒疹”是怎么回事,如何防治?	79

2.64	街头小广告称可根治“牛皮癣”，靠谱吗？	80
2.65	得了“牛皮癣”应如何治疗和预防？	81
2.66	怎么口腔科和皮肤科医生都能看“扁平苔藓”？	81
2.67	红斑狼疮为何强调防日晒、防劳累、防感染？	82
2.68	为何要强调皮炎患者体内恶性病灶的排查？	82
2.69	老年人皮肤干燥与“干燥综合征”是一回事吗？	83
2.70	老年人皮肤出现多数大水疱是什么问题？	84
2.71	老年人小腿为何多有密集的瘀点？	84
2.72	老年人手背和前臂易出现大片的瘀斑，是咋回事？	85
2.73	下肢出现多数疼痛性结节是何问题？该怎么办？	85
2.74	老年人面部为何容易出现干燥脱屑？	86
2.75	小腿“胫前黏液性水肿”是啥病？	86
2.76	老年人为何容易出现特殊的体味？	87
2.77	为什么老年人也会得“白癜风”？	87
2.78	外阴发生白斑，也是“白癜风”吗？	88
2.79	能吃能喝就能保证皮肤营养不缺乏吗？	89
2.80	“肉样瘤病”是什么病，有何表现？	89
2.81	老年人颈部常出现许多“小肉赘”，要不要治疗？	89
2.82	身上有多个“黑痣”，要不要紧，需不需要治疗？	90
2.83	怎样认识和对待老年斑？	90
2.84	脂溢性角化病和日光性角化病是一回事吗？	91
2.85	为什么老年人身上多有白色、红色和黑色皮疹？	91
2.86	为什么老年人脸上容易有黄色小斑点？	92

2.87	身上长了脂肪瘤怎么办？有无生命危险？	92
2.88	人的头上也会长“犄角”吗？	93
2.89	鲍恩样丘疹病也是癌吗？	93
2.90	鲍恩病与鲍恩样丘疹病是一种病吗？	94
2.91	为什么老年人头面部易发“基底细胞癌”？	94
2.92	基底细胞癌与鳞状细胞癌有什么不同？	95
2.93	为什么有的“阴囊湿疹”治疗后没有效果？	95
2.94	“恶黑”听起来很吓人，真的很严重吗？	96
2.95	雀斑与恶性雀斑样痣有何不同？	97
2.96	蕈样霉菌病是“霉菌”引起的吗？如何对待？	97
2.97	“性病”很神秘，它都有哪些危害？	98
2.98	人类乳头瘤病毒可引起哪些病？与肿瘤有关吗？	99
2.99	尿道口流脓，一定是得了“淋病”吗？	99
2.100	如何看待老年人“梅毒血清学检查阳性”？	100

3

老年皮肤病求诊指南

103

3.1	就诊前的注意事项	104
3.2	就诊中的注意事项	105
3.3	就诊后的注意事项	105
3.4	上海市部分二、三级医院一览表	106
3.5	专家门诊的预约方式	109

1

认识老年人皮肤病



皮肤病学是研究皮肤及其相关疾病的科学,其内容不仅包括正常皮肤及附属器官的结构和功能,还涵盖各种皮肤及附属器官相关疾病的病因、发病机制、临床表现、诊断、治疗和预防等。

临床医学领域中,皮肤病学与其他学科不同,具有其特殊性,皮肤是人体最大的器官,其总重量约占个体体重的16%,成人皮肤总面积约为 1.5 m^2 。皮肤具有屏障、吸收、感觉、分泌、排泄、调节体温、物质代谢、免疫等功能。仅屏障功能就有与我们的健康息息相关,耳熟能详的各种防御功能,可抵御各种物理、化学性刺激和损伤,防御微生物侵害,防止体内水分和营养物质的丢失等,可谓是人体第一道外围生理防线。皮肤病种类繁多,目前命名的具有不同临床特点的皮肤病多达2 000余种。任何一种外部因素的改变均能对皮肤造成影响,皮肤还与机体内部其他系统和脏器之间也存在紧密联系,内部疾病也能通过皮肤的异常表现出来,如有些顽固的皮肤瘙痒常与肝肾疾病或糖尿病有关。所以,皮肤科也是患病人数和医院就诊人次最多的科室之一,其中老年皮肤病患者占很大比例,这主要与老年人皮肤特点有关。

老年人皮肤出现衰老可以分为内在因素引起的内源性衰老和继发因素导致的外源性衰老。皮肤的内源性衰老包括由正常的生理性成熟、衰老、疾病、饮食及生活习惯等引起的各种变化。皮肤的外源性衰老包括各种外在因素引起的皮肤变化,其中最重要的外在因素是所接受的紫外线照射的累积量的多少。绝大多数皮肤变化如皱纹、皮肤萎缩变薄、色素沉着、色素减退、老年性色素斑、毛细血管扩张及老年性紫癜等均与皮肤的外源性衰老有关。次要外在因素包括生存环境、精神因素和吸烟等。由于老年人表皮、真皮的细胞数目减少,细胞外基质及皮肤附件不同程度地减少,皮下脂肪及弹性纤维减少或消失,都使皮肤变薄、松弛,