

 **名医告诉你** 系列丛书

健康是福，健康是金！本书献给渴求健康的患者朋友，教你从病理入手，
根据不同症状，正确用药，合理膳食，注重调养。

有它在手，康复无忧！

皮肤病

用药宜忌 日常调养

吴冬 刘瑛琦 编著

PIFUBING

YONGYAO YIJI YU RICHANG TIAOYANG

名医请到家，有病轻松治
指点用药宜忌，揭示调养秘诀
《名医告诉你》，健康零距离

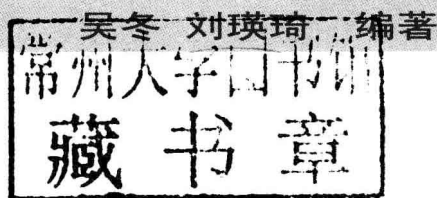
  黑龙江科学技术出版社



名医告诉你系列丛书

皮肤病

用药宜忌 与 日常调养



图书在版编目(CIP)数据

皮肤病用药宜忌与日常调养 / 吴冬, 刘瑛琦编著. ——哈尔滨:
黑龙江科学技术出版社, 2010.5

(名医告诉你系列丛书)

ISBN 978-7-5388-6293-5

I. ①皮… II. ①吴… ②刘… III. ①皮肤病—用药法②皮肤病—
防治 IV. ①R986②R751

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 036185 号

责任编辑 焦 琰

装帧设计 刘 洋

皮肤病用药宜忌与日常调养

PIFUBING YONGYAO YIJI YU RICHANG TIAOYANG

吴冬 刘瑛琦 编著

-
- 出 版 黑龙江科学技术出版社
(地址:哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编:150001)
电话:0451-53642106 传真:0451-53642143(发行部)
- 发 行 全国新华书店
- 印 刷 北京京师印务有限公司
- 开 本 787×1092 1/16
- 印 张 13
- 字 数 250 千字
- 版 次 2010 年 6 月第 1 版·2010 年 6 月第 1 次印刷
- 书 号 ISBN 978-7-5388-6293-5/R·1664
- 定 价 19.80 元

目录 Contents

皮肤病的病因与类型 1

皮肤的构造是怎样的 / 1

皮肤有哪些功能 / 1

皮肤病是怎样形成的 / 2

哪些因素会诱发皮肤病 / 3

皮肤病通常分哪些类型 / 4

银屑病的养护、保健与治疗 5

什么是银屑病 / 5

银屑病与牛皮癣有什么不同 / 5

诱发银屑病的因素有哪些 / 6

银屑病的危害有哪些 / 7

寻常型银屑病分为哪些类型 / 7

寻常型银屑病的主要症状是什么 / 8

寻常型银屑病的病情发展有什么特点 / 9

特殊型银屑病分为哪些类型/ 9
怎样预防银屑病/ 10
为什么说我国北方地区居民更要注意预防银屑病/ 11
银屑病患者应怎样进行日常养护/ 12
为什么说银屑病患者应注重精神调养/ 13
银屑病患者为什么一定要戒烟/ 13
适宜于银屑病患者的按摩保健法怎样做/ 14
银屑病患者在运动时应注意什么/ 14
治疗银屑病的方法主要有哪些/ 15
治疗银屑病的用药原则是什么/ 16
银屑病患者用药应注意哪些事项/ 16
哪些西药对治疗银屑病有一定的疗效/ 17
哪些中成药对治疗银屑病有一定的疗效/ 18
哪些中草药对治疗银屑病有一定的疗效/ 19

白癜风的养护、保健与治疗 20

什么是白癜风/ 20
哪些因素会诱发白癜风/ 20
白癜风分为哪些类型/ 21
白癜风有哪些主要症状/ 22
白癜风会引起哪些并发症/ 22
白癜风患者的日常护理和应注意的事项/ 23
为什么说白癜风患者情绪消沉会影响治疗效果/ 24
白癜风患者怎样做日光浴/ 24
适宜于白癜风患者的按摩保健怎样做/ 25
白癜风患者在治疗中容易产生哪些误区/ 25

药物治疗白癜风应注意哪些事项/ 26
白癜风患者应慎用或禁用哪些药物/ 27
哪些中草药对治疗白癜风有一定的疗效/ 27
哪些西药对治疗白癜风有一定的疗效/ 28
哪些中成药对治疗白癜风有一定的疗效/ 29

痤疮的养护、保健与治疗 30

什么是痤疮/ 30
诱发痤疮的因素有哪些/ 30
痤疮的主要症状是什么/ 31
中医将痤疮分为哪些类型/ 31
西医将痤疮分为哪些类型/ 32
痤疮怎样根据特征进行分期的/ 33
痤疮患者日常应养成哪些好习惯/ 33
痤疮患者平时应怎样洗脸/ 34
痤疮患者常用白菜叶敷脸有什么好处/ 34
痤疮患者怎样进行按摩保健/ 35
坚持经常性运动对痤疮患者有哪些益处/ 35
治疗痤疮的方法主要有哪些/ 36
用茶多酚治疗寻常痤疮会有哪些效果/ 36
哪些西药对治疗痤疮有一定的疗效/ 37
哪些中成药对治疗痤疮有一定的疗效/ 38
哪些中草药对治疗痤疮有一定的疗效/ 38

荨麻疹的养护、保健与治疗 40

什么是荨麻疹/ 40

诱发荨麻疹的因素都有哪些/ 40

荨麻疹的主要症状是什么/ 42

荨麻疹分为哪些类型/ 43

特殊类型的荨麻疹都有哪些/ 43

胆碱能性荨麻疹的主要症状是什么/ 45

寒冷性荨麻疹的主要症状是什么/ 45

儿童荨麻疹的发病因素都有哪些/ 46

荨麻疹患者怎样进行日常养护与注意事项/ 46

荨麻疹的治疗原则是什么/ 47

治疗荨麻疹的民间疗法有哪些/ 47

哪些西药对治疗荨麻疹有一定的疗效/ 48

哪些中成药对治疗荨麻疹有一定的疗效/ 49

哪些中草药对治疗荨麻疹有一定的疗效/ 49

鱼鳞病的养护、保健与治疗 50

什么是鱼鳞病/ 50

鱼鳞病的发病因素是什么/ 51

不同类型的鱼鳞病各有哪些症状/ 51

鱼鳞病分哪些类型/ 52

鱼鳞病可能引发哪些并发症/ 53

寻常型鱼鳞病是否有遗传性/ 54

鱼鳞病患者日常生活中要注意哪十件事/ 54

鱼鳞病患者在冬季用甘油护肤有什么好处/ 55

鱼鳞病患者应如何预防病症复发/ 55

西医治疗鱼鳞病常用哪些办法/ 56

哪些药物对治疗鱼鳞病有一定的疗效/ 56

哪些中草药对治疗鱼鳞病有一定的疗效/ 57

湿疹的养护、保健与治疗 58

什么是湿疹/ 58

湿疹的主要症状是什么/ 58

特殊部位的湿疹各有什么症状/ 59

湿疹分哪些类型/ 60

湿疹有哪些危害/ 61

诱发湿疹的因素有哪些/ 61

哪些饮食容易诱发湿疹/ 62

什么样的生活环境容易诱发湿疹/ 62

湿疹患者在日常生活中应怎样养护/ 63

哪些西药对治疗湿疹有一定的疗效/ 64

哪些中成药对治疗湿疹有一定的疗效/ 64

哪些中成药对治疗湿疹有一定的疗效/ 65

皮炎的养护、保健与治疗 66

什么是皮炎/ 66

皮炎都有哪些常见类型/ 66

哪些因素会诱发神经性皮炎/ 67

神经性皮炎的主要症状是什么/ 67
神经性皮炎患者在日常生活中应注意哪些事项/ 68
接触性皮炎的病因及症状是什么/ 68
脂溢性皮炎的病因及症状是什么/ 68
各个部位的脂溢性皮炎各有什么症状/ 69
哪些人群容易感染变应性皮炎/ 70
为什么说神经性皮炎患者应加强心理调节/ 70
适宜于神经性皮炎的按摩保健法怎样做/ 71
神经性皮炎患者坚持体育锻炼有哪些好处/ 71
过敏性皮炎患者在日常生活中应注意哪些事项/ 72
为什么说日光性皮炎患者应减少户外活动时间/ 72
皮炎患者秋季选油性药物治疗好处在哪里/ 72
哪些药物对治疗皮炎有一定的疗效/ 73
哪些中草药对治疗皮炎有一定的疗效/ 74

红斑狼疮的养护、保健与治疗 75

什么是红斑狼疮/ 75
引发红斑狼疮的因素都有哪些/ 75
红斑狼疮分哪些类型/ 76
系统性红斑狼疮的主要症状是什么/ 77
狼疮患者怎样进行日常养护及应注意的事项/ 77
怎样对红斑狼疮患者进行心理调解/ 78
适宜于红斑狼疮患者的保健按摩怎样做/ 79
红斑狼疮患者怎样进行健身运动/ 79
哪些西药对治疗红斑狼疮有一定的疗效/ 80
哪些中成药对治疗红斑狼疮有一定的疗效/ 80

哪些中成药对治疗红斑狼疮有一定的疗效/ 81

皮肤病患者日常养护与保健 82

哪些因素会使皮肤病加重/ 82

为什么说皮肤病患者经常情绪冲动会加重病情/ 83

心理压力过大为什么易患皮肤病/ 83

皮肤病患者应如何摆脱不良情绪/ 84

皮肤病患者可通过哪些方法放松身心/ 85

为什么说皮肤病患者应多参加集体活动/ 86

皮肤病患者怎样通过七种方式进行“排毒”/ 87

为什么患皮肤瘙痒症不宜洗蒸汽浴/ 87

经常泡温泉浴对皮肤病有哪些益处/ 88

皮肤病患者冬季洗澡要注意什么/ 88

皮肤病患者怎样洗“燕麦澡”/ 89

皮肤病患者夏季戴金属饰品会产生哪些不良后果/ 89

适合皮肤病患者健身的“睡前操”怎样做/ 90

哪五种运动有益于皮肤病患者/ 91

怎样预防儿童患皮肤病/ 91

皮肤病患者日常饮食调养 93

适宜银屑病患者的调养方案/ 93

适宜白癜风患者的调养方案/ 105

适宜痤疮患者的调养方案/ 117

适宜鱼鳞病患者的调养方案/ 127

适宜湿疹患者的调养方案/ 138
适宜红斑狼疮患者的调养方案/ 148
适宜荨麻疹患者的调养方案/ 160
适宜皮炎患者的调养方案/ 170

治疗皮肤病常用方剂 182

疗银屑病的中医方剂有哪些/ 182
治疗白癜风的中医方剂有哪些/ 184
治疗痤疮的中医方剂有哪些/ 186
治疗鱼鳞病的中医方剂有哪些/ 188
治疗湿疹的中医方剂有哪些/ 190
治疗红斑狼疮的中医方剂有哪些/ 191
治疗荨麻疹的中医方剂有哪些/ 193
治疗皮炎的中医方剂有哪些/ 194

皮肤病的病因与类型

皮肤的构造是怎样的

从重量及面积的角度看,皮肤是人体最大面积的器官,其厚度为0.5~4毫米,面积为1.5~2平方米,重量占体重的15%~16%。

皮肤由表皮、真皮、皮下组织及附属器官组成。表皮一般可以分为4层,即基底层、棘细胞层、颗粒层及角质层。在某些特殊部位(如掌跖部位),角质层下方还可见到透明层。

真皮由纤维、基质和细胞构成,主要为结缔组织,还包括其他组织,如神经和神经末梢、血管、淋巴管、肌肉等。接近于表皮的真皮乳头称为乳头层,又称真皮浅层;其下面称为网状层,又称真皮深层;两者没有严格的界限。

皮下组织又称皮下脂肪膜或脂膜,有防止散热、储备能量和抵御外来机械性冲击的功能。结缔组织纤维由真皮下部延续开来,但较为疏松,而且充满脂肪细胞,其他结构与真皮类似。年龄、性别、部位及营养状态等因素决定了皮下组织的厚度。

皮肤附属器官包括毛发、毛囊、汗腺、皮脂腺、指(趾)甲等。

皮肤有哪些功能

① 保护功能。皮肤覆盖体表,表皮细胞紧密相连,其中的角质层具

有抗摩擦、防止体液外渗和化学物质内侵的作用。真皮中含有大量的胶原纤维和弹力纤维,既坚韧又柔软,具有一定的弹性,受到摩擦或牵拉作用时能够保持完整,外力作用后可自行恢复。皮下组织含有大量的脂肪细胞,对外来冲击能起到缓冲作用。皮脂腺分泌的皮脂和汗腺分泌的汗液混合形成弱酸性的皮脂膜,依附在皮肤表面,不仅能阻止细菌、真菌侵入,还可防止皮肤干裂,滋润毛发。汗液可中和化学物的酸碱度,保护皮肤。

② 感觉功能。皮肤内含有丰富的感觉神经末梢,可感知并传导触觉、痛觉、冷觉、温觉、压觉这五种基本感觉,以及形体、潮湿、干燥、软硬等各种复合感觉。

③ 调节体温功能。气温较高时,皮肤中毛细血管网大量开放,体表血流量增加,可快速散热,使体温不致过高;另外,高温时皮肤大量排汗,汗液蒸发也可带走部分热量,降低体温。气温较低时,皮肤毛细血管网部分关闭,体表血流量减少,散热减缓,保持体温。

④ 排泄功能。皮肤通过出汗,排泄体内代谢所产生的废物和毒素,如尿酸、尿素等。

⑤ 吸收功能。皮肤能够有选择地吸收外界营养物质,有三条途径:营养物质透过角质层细胞膜,进入角质细胞;少量大分子及水溶性物质通过毛孔、汗孔被吸收;少量营养物质通过表面细胞间隙渗入真皮。

⑥ 新陈代谢功能。皮肤细胞有分裂繁殖、更新代谢的能力,不仅能够保持自身的弹性与润泽,还可以储备糖和水分,为整个肌体活动提供能量。

皮肤病是怎样形成的

皮肤病是皮肤(包括其附属器官)受到内外因素的影响后,其形态、结构和功能均发生了变化,并随之产生各种临床症状,可分为感染性(病原体侵入皮肤引起)和非感染性(非病原体侵入皮肤引起)两大类。多数皮肤病患者的病情较轻,并不危害健康;但少数病情严重者,甚至



可以危及生命。诊断皮肤病时,辨认皮疹最为关键,同时需要配合进行一些特殊检查,如斑贴试验、真菌检查、组织病理学检查和其他化验检查等,以确定病因和治疗方案。

哪些因素会诱发皮肤病

诱发皮肤病的因素主要以下几种:

① 年龄。如新生儿时期可发生新生儿硬肿病及新生儿剥脱性皮炎等;婴儿时期可发生婴儿湿疹、大疱性表皮松解症等;幼儿时期可发生特应性皮炎、面部单纯糠疹等;青春期容易发生寻常痤疮、脂溢性皮炎等疾病;中年及老年容易发生各种角化性皮肤病、皮肤瘙痒症、天疱疮、大疱性类天疱疮、皮肤癌及带状疱疹后遗神经痛等。

② 性别。皮肤病的发病与性别也有一定的关系,如系统性红斑狼疮、结节性红斑及局限性硬皮病以女性为多见,而雄激素源性脱发以男性为多见。

③ 种族。种族不同,其遗传基因、体质状况、对某些疾病的反应也不相同。白种人皮肤中色素含量少,皮肤癌发生率比较高。黑种人银屑病的发病率比较低。另外,不同民族所具有的不同的饮食习惯,也与皮肤病的发生有很大关系。

④ 气候与季节。有些皮肤病的发生与季节有关,如多数银屑病、湿疹多在冬季加重,多形红斑及玫瑰糠疹易发生于春秋两季,痱子多发生在夏季,冻疮多由冬季寒冷且潮湿的气候所引起。

⑤ 职业。很多皮肤病患者的患病原因与其当前或曾经所从事的职业有关,如化学工厂的工人易患化学物接触性皮炎,演员易患油彩接触性皮炎等。

⑥ 病灶。多数皮肤病的发病与感染病灶有关,如在患龋齿、扁桃体炎、中耳炎、肠道寄生虫病等的患者同时染上皮肤病的病例屡见不鲜。

⑦ 个人卫生。讲究个人卫生者不容易被传染上虱子或疥疮,但也不可过度用热肥皂水擦洗身体,否则皮肤容易干燥、瘙痒或皲裂。

⑧ 社会因素。有些皮肤病的传播与社会因素密切相关,包括患者的生活条件、经济状况、营养状况及社会医疗体系的完善程度等。

⑨ 地理因素。某些皮肤病只发生于某些地区,这与当地的气候、水土、植物等因素有关。因此,了解患者曾在何地居住或某地停留,对于皮肤病的诊断十分有益。

皮肤病通常分哪些类型

根据统计,目前已发现的皮肤病有1000多种,大致可分为以下几大类:

① 真菌性皮肤病。常见有手癣、足癣、体癣、股癣及甲癣(灰指甲)等。

② 细菌性皮肤病。常见的有麻风及丹毒等。

③ 病毒性皮肤病。常见的有水痘、扁平疣及疱疹等。

④ 节肢动物引起的皮肤病。如疥疮等。

⑤ 性传播皮肤病。如梅毒、淋病及尖锐湿疣等。

⑥ 过敏性皮肤病。常见有湿疹、荨麻疹、接触性皮炎及多形红斑等。

⑦ 药物反应性皮肤病。如服用磺胺、肌肉注射青霉素过敏等。

⑧ 物理性皮肤病。常见的有晒斑、鸡眼及多形性日光疹等。

⑨ 神经功能障碍性皮肤病。常见的有瘙痒症、神经性皮炎及寄生虫妄想症等。

⑩ 红斑丘疹鳞屑性皮肤病。常见有银屑病、单纯糠疹、玫瑰糠疹等。

⑪ 结缔组织疾病。常见的有红斑狼疮、硬皮病及皮肌炎等。

⑫ 疹性皮肤病。常见的有天疱疹、类天疱疹及掌跖脓疱病等。

⑬ 色素障碍性皮肤病。常见的有黄褐斑、白癜风等。

⑭ 角化性皮肤病。常见的有毛发红糠疹等。

⑮ 皮脂、汗腺类皮肤病。常见的有痤疮、酒糟鼻及臭汗症等。

银屑病的养护、保健与治疗



什么是银屑病

银屑病,又称牛皮癣,是一种状如松皮、形如疹疥、抓挠可起白皮的鳞屑性皮肤病。皮疹处经过抓挠后,脱落白色糠秕状鳞屑,鳞屑抓脱处基底部有点滴状出血,如被匕首刺伤之状,是一种常见、易于复发的慢性炎症性皮肤病。银屑病在我国的总患病率约为0.123%,男性患病率高于女性,城市患病率高于农村,北方患病率高于南方。一般说来,银屑病在白种人中发病较多,其次为黄种人,黑种人发病较少。在年龄方面,以青壮年患者为多,其中21~30岁的患者约占全部患者58.6%。银屑病发病率高,易于复发,病程较长,尤以侵袭青壮年为主,对患者的身体健康和精神影响很大,是当前皮肤科领域研究的重点之一。

银屑病可分为寻常型银屑病和特殊型银屑病两大类型。主要临床表现包括:红色丘疹或斑块上覆盖有多层银白色、容易脱落的鳞屑;皮肤损害可见于皮肤的任何部位,通常对称分布;患者指甲变厚,失去光泽,表面有点状小凹陷;病程长,变化多,病情时轻时重,难以根治;多数患者的病情在冬季或春季容易加重或复发,夏季、秋季症状自行缓解或减轻。

银屑病与牛皮癣有什么不同

一说起“牛皮癣”,有人认为是银屑病,有人则认为是神经性皮炎。

其实,不能把牛皮癣盲目地与以上两种疾病画等号,这是因为中医、西医均有“牛皮癣”一词,但二者所指的并不是同一种疾病,不能混为一谈。如果患者被诊断为牛皮癣,应详细询问此病症在中医或西医中的确切名称,以免误治。

中医所指的牛皮癣,又称为“摄领疮”、“顽癣”,是一种状如牛皮,厚而且硬、好发于颈部的皮肤病,相当于西医中的神经性皮炎。西医所称的牛皮癣,又称银屑病,是以片状红斑、层层鳞屑、脱屑如松皮为特点,故中医称之为“松皮癣”,又有干癣、蛇虱等病名。

二者的病因及发病机制也不相同。中医理论认为,牛皮癣(神经性皮炎)是由于风湿热邪阻滞肌肤,引起气血阻滞,或由于衣领摩擦所致;而银屑病是由于营血亏损、生风生燥、肌肤失养而形成的。西医理论认为,牛皮癣(银屑病)的发病与遗传、病毒及细菌感染、精神、饮食、外伤、代谢等因素有关;而神经性皮炎属于神经功能障碍性皮肤病,是由于精神紧张、内分泌失调、消化不良及进食辛辣或海鲜等原因引起的。由于这两种疾病的病因、发病机制、临床表现均不相同,治疗方案及预后也有很大区别。因此,一定要明确究竟是患有哪种疾病,再对症治疗。

诱发银屑病的因素有哪些

银屑病在自然人群中的发病率为0.1%~3%。其发病因素有以下几方面:

① 感染。可在病毒或细菌感染之后发病。病毒感染可能由天花类病毒(主要为牛痘病毒)所导致。细菌毒素感染可引发身体的变态反应而发生银屑病,以儿童扁桃体和上呼吸道感染最为常见。

② 遗传。部分患者有明显的家族性患病趋势,是由多种因素决定的遗传性疾病。

③ 精神、神经障碍。精神过度紧张或疲劳、恐惧、失眠、争吵等,以及神经创伤(如脑震荡)后,可诱发此病。

④ 内分泌失调。女性患者的病情与月经和妊娠有关,多数患者在