

PIFU BING HUANZHE DE TIAOSHE

郎玉麟 郎 闯 编著



新健康丛书

主编 虞 豪

世界卫生组织(WHO)上海健康教育与健康促进合作中心 审定

皮肤病

患者的

调摄



1.01
061

山
版
社

R751.01
L051

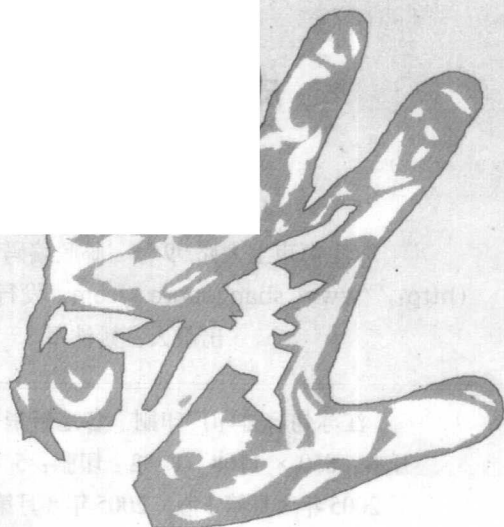
新健康丛书

主编 虞豪

世界卫生组织 (WHO) 上海健康教育与健康促进合作中心 审定

皮肤病 患者的 调摄

郎玉麟 郎 闯 编著



R751.01
L051

上海大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

皮肤病患者的调摄 / 郎玉麟, 郎闻编著. — 上海: 上海大学出版社, 2005. 7

(新健康丛书)

ISBN 7-81058-677-7

I. 皮... II. ①郎... ②郎... III. 皮肤病 - 基本知识 IV. R751

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 081216 号

策 划: 虞 豪 柯国富

责任编辑: 柯国富

责任制作: 章 斐

装帧设计:  谷夫平面设计工作室

新健康丛书

主编: 虞 豪

皮肤病患者的调摄

郎玉麟 郎闻 / 编著

上海大学出版社出版发行

(上海市上大路 99 号 邮政编码 200444)

(<http://www.shangdapress.com> 发行热线: 66135110)

出版人: 姚铁军

江苏句容排印厂印刷 各地新华书店经销

开本: 850 × 1168 1/32 印张: 5 字数: 12 万

2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1 - 5100 册

定价: 12.00 元

“我有一个梦”

——《皮肤病患者的调摄》编前

白发苍苍的郎玉麟像个孩子——他说：“我有一个梦！”此时的他，连皱纹都充满了笑意——于是，在杭州城外的瓶窑镇，我静静地听他诉说着。窗外，阳光照在埋藏良渚文化遗迹的小山上。山的那边，是郎家的药圃。

话题就从药圃开始，四十年前的郎玉麟是一家工厂的车间主任，因为患了类风湿关节炎和类风湿皮炎求医不成而痛苦不堪，他开始有第一个梦——“学医术，给自己治病”！经过多年发奋自学，钻研医术，他不但治好了自己的上述顽症，而且身体也变得强健起来，直到今天，年近七旬的郎玉麟长于言，健于行，双目有光，隐隐有仙家之气。

医家有折肱之心，治好了自己的郎玉麟名声在外，免不了要治疗他人。一来二去，他辞了职，当了医生。“我要做好医生！”——郎玉麟有了第二个梦。而今，这个梦结出了这样的果实：

1997年，他的《银屑病治疗100例》获得第四届国际传统医学优秀论文一等奖；1999年，他与儿子郎闯研发的郎氏“消银汤”系列组方通过了省级鉴定；2001年，郎氏中医银屑病研究所经卫生部门批准成立；2002年，占地20亩的郎氏医药基地开园；2003年，郎氏皮肤病门诊部开张。《健康报》，2001年8月28日消息《郎氏消银汤治疗银屑病》，对该病的发病机理及治疗特点作了详细报道，指出郎氏消银汤的疗效在国内同类研究中达先进水平。

那么，现在，郎玉麟的梦是什么呢？

“想办一个皮肤病健康教育基地，将‘以内治外、整体治疗’的心得告诉同行，告诉患者。因为只有了解病情，因病施治，才能药到病除。”他话语中透着自信！

我问他，孔夫子说，“七十从心所欲”，虽然经验和医术都达到了一定的境界，“但体力行吗？”

“还是先从虚拟的做起吧！”郎闯插话，这位浙江中医学院的医学硕士也是一位小有名气的皮肤病专科医生了。“我们办网站，接咨询电话，回患者来信——以后慢慢做大”。

“我们希望全国甚至于全世界的患者联系我和郎闯，我们一定会热情地在网站、电话和信函中为你服务，当然是免费的。以后皮肤病健康教育基地建成了，对患者我们还是免费的——这是我的梦！”此时的郎玉麟，连皱纹都充满了笑意。

那么，让我们祝愿他的梦早日实现吧。

现在，我们先公布一下郎氏父子接受咨询的联系方法：

电话：0571-88546733

地址：中国浙江杭州市郊瓶窑镇华兴路408号

邮编：311115

网址：www.langshi.com

E-mail：langshi@langshi.com

编 者

目 录

知与治

- 2 ※皮肤的奥秘你知道多少
- 3 ※为什么说皮肤是人体的卫士
- 4 ※什么是皮肤的吸收作用
- 5 ※为什么皮肤会出汗
- 5 ※什么是皮脂腺
- 6 ※什么是皮肤的散热和保温功能
- 7 ※什么是“痒”
- 7 ※为什么老年人的皮肤会干燥
- 8 ※哪些皮肤病具有传染性
- 9 ※何为遗传性皮肤病
- 10 ※妇女易患哪些皮肤病
- 11 ※青年人有哪些皮肤忧虑
- 11 ※儿童皮肤病有哪些
- 12 ※哪些皮肤病好发于老年人
- 13 ※颜面部皮肤病有哪些
- 13 ※黏膜病是怎么回事
- 14 ※为什么难言之隐不要羞于就医
- 15 ※好发于足部的常见皮肤病有哪些
- 16 ※皮肤病与精神因素有关吗
- 16 ※什么是皮疹

- 17 ※常见的原发性皮疹有哪些
- 18 ※常见的继发性皮疹有哪些
- 20 ※皮疹的形状及排列规律说明什么
- 21 ※如何通过皮疹“窥一斑而知全豹”
- 22 ※什么是皮疹的多源性
- 22 ※什么是皮疹的多变性
- 23 ※如何抓住皮疹的特异性判断疾病
- 24 ※常见的细菌感染性皮肤病有哪些
- 25 ※真菌感染性皮肤病常见病因有哪些
- 26 ※过敏性皮肤病有哪些
- 27 ※什么是物理性皮肤病
- 28 ※什么是自身免疫性皮肤病
- 29 ※良性皮肤肿瘤有哪些特点
- 30 ※皮肤癌有哪些特点
- 31 ※湿疹有何特点
- 32 ※接触性皮炎有何特点
- 33 ※湿疹和皮炎有何区别
- 34 ※药物性皮炎有何特点
- 34 ※荨麻疹有什么特点
- 35 ※病毒可引起哪些皮肤病
- 36 ※带状疱疹与水痘有什么关系
- 38 ※幼儿急疹有什么特点
- 39 ※传染性红斑有什么特点
- 39 ※麻疹是什么疾病
- 40 ※什么是脓疱疮
- 41 ※什么是毛囊炎
- 41 ※梅毒有什么样的皮疹
- 43 ※什么是玫瑰糠疹
- 43 ※为何要注意根除丹毒原发病灶
- 44 ※红癣的自我防护该怎样做

- 45 ※风疹病该如何调护
- 46 ※为什么嘴角总易上火
- 47 ※为什么儿童水痘不容忽视
- 48 ※带状疱疹如何对证选方
- 49 ※带状疱疹中药外治有何妙方
- 50 ※怎样治疗扁平疣
- 51 ※癣菌疹该注意些什么
- 52 ※如何防治股癣
- 53 ※甲癣如何药物治疗
- 54 ※花斑癣如何防治
- 55 ※药物性皮炎有哪几种
- 56 ※阴囊湿疹如何治疗
- 57 ※如何对付荨麻疹
- 59 ※得了汗疱疹怎么办
- 60 ※如何防治日光性皮炎
- 61 ※什么是植物（泥螺）一日光皮炎
- 62 ※使用光毒性药物要注意什么
- 63 ※夏季皮炎怎么治
- 64 ※老年人瘙痒是何因
- 65 ※治疗皮肤瘙痒中药有何妙招
- 66 ※精神因素与神经性皮炎关系如何
- 68 ※什么是妊娠性痒疹
- 69 ※什么是结节性痒疹
- 69 ※如何区分多形红斑与冻疮
- 71 ※作者是如何看银屑病的
- 72 ※作者如何对银屑病进行分型、分类
- 74 ※为什么不提倡让银屑病患者用激素
- 74 ※什么叫“托、排、消”三法
- 75 ※银屑病会传染吗
- 75 ※银屑病遗传吗

- 75 ※预防银屑病复发的措施有哪些
- 76 ※什么是类银屑病
- 78 ※郎氏中医如何治疗类银屑病
- 79 ※什么是硬皮病
- 81 ※什么是天疱疮
- 82 ※什么是鱼鳞病
- 82 ※什么是红斑角化病
- 83 ※什么是白癜风，如何治疗
- 84 ※为什么红皮病不仅仅是皮肤改变
- 85 ※扁平苔癣好发于何处
- 86 ※过敏性紫癜患者如何用激素
- 87 ※如何治疗结节性红斑
- 87 ※色素性紫癜性皮肤病是怎么回事
- 88 ※什么是变应性皮肤血管炎
- 89 ※什么是毛周角化病
- 90 ※毛发红糠疹如何诊治
- 91 ※棘状角化病如何诊治
- 92 ※剥脱性角质松解症如何诊治
- 92 ※什么是痤疮
- 93 ※哪些情况易引起痤疮
- 94 ※防治暗疮该怎么做
- 95 ※如何正确治疗脂溢性皮炎
- 96 ※酒糟鼻怎么治
- 97 ※中医能改善多汗症吗
- 98 ※狐臭如何治疗
- 99 ※如何预防口周皮炎

内与外

- 102 ※为什么皮肤病不仅仅是外症
- 104 ※预防皮肤病应注意什么

- 105 ※保持皮肤健康应注意什么
- 107 ※心理疗法与护肤有何关系
- 108 ※为什么洗澡时不要用力搓擦皮肤
- 109 ※皮肤病患者为什么要多运动、多出汗
- 110 ※维生素对皮肤病治疗作用如何
- 111 ※皮肤病外用药使用有哪些注意事项
- 113 ※为何皮肤病要有饮食禁忌
- 114 ※需要“忌嘴”的皮肤病有哪些
- 114 ※儿童易患的脓疱疮如何调护
- 115 ※为何面部长疖不能挤
- 115 ※如何巧治毛囊炎
- 116 ※中医如何应对黄褐斑
- 117 ※治雀斑有何妙方
- 118 ※手癣能做家务吗
- 119 ※旅游时如何预防接触性皮炎
- 120 ※夏日湿疹缘何加重
- 121 ※生疖子者忌什么
- 122 ※防止疖子发生有何妙法
- 123 ※如何防治冻疮
- 123 ※如何预防桃花癣
- 124 ※白癜风患者的生活如何调理
- 126 ※白化病患者如何调理生活
- 127 ※痤疮食疗方有哪些
- 127 ※黄褐斑食疗方有哪些
- 129 ※脓疱疮食疗方有哪些
- 129 ※脂溢性皮肤病食疗方有哪些
- 130 ※湿疹食疗方有哪些
- 131 ※荨麻疹食疗方有哪些
- 132 ※银屑病饮食治疗原则是什么
- 132 ※银屑病食疗方有哪些

- 133 ※银屑病患者宜吃哪些蔬菜
- 135 ※文身对人体皮肤是否安全
- 136 ※何为过敏反应
- 137 ※怎样寻找过敏原
- 138 ※要不要服用药物预防过敏
- 139 ※怎样预防衣服引起过敏
- 140 ※怎样预防药物过敏
- 141 ※怎样预防化妆品过敏
- 141 ※如何预防室内装饰材料过敏
- 143 ※怎样预防室内环境过敏
- 143 ※如何预防室外环境过敏
- 144 ※怎样预防昆虫过敏
- 144 ※为什么身体健康能减少过敏
- 146 ※各类皮肤病的防治要点是什么
- 146 ※郎氏中医的“整体治疗”有何特点

知 与 治

皮肤是人体中最容易被忽略的器官之一，其实它也很敏感，也很容易患各种疾病，防治的办法只有一条——从科学地认识开始。

皮肤的美丽你知道多少

皮肤由表皮、真皮和皮下组织组成，表皮与真皮之间由基底膜带连接。除了本身结构外，还有丰富的血管、淋巴管、神经、肌肉和各种皮肤附属器，包括毛发、毛囊、皮脂腺、小汗腺、顶泌汗腺等。皮肤覆盖整个体表，在口、鼻、尿道口、阴道口、肛门等处与体内管腔黏膜相连。

皮肤里的主要成分是水。成年人皮肤里的水分一般占60%，初生婴儿高达80%。因为孩子皮肤的水分多，所以娇嫩润滑。年纪大了，水分少了，皮肤就干燥。加之脂肪质的减少，老年人的皮肤就会出现皱纹和干裂。

皮肤的颜色因种族、年龄、性别、营养及部位不同而异。

身上的皮肤由于各自的高矮胖瘦不同而不同。一个成年人，全身皮肤的总面积大都在1.5~2.0平方米之间，平均约为1.7平方米。

看起来虽是薄薄的皮肤，但重量并不轻。据计算，成年东方人的皮肤重量约占全身重量的8%，西方人可占体重的10%以上。

全身皮肤的厚度不一样。眼睑等处的皮肤最薄，手掌、足底的皮肤最厚。解剖表明，皮肤厚的地方可达4毫米，薄的地方为0.5毫米，有的甚至仅0.1毫米。

皮肤也有生老病死。我们的皮肤所以能始终保持柔嫩，就与皮肤的新陈代谢作用分不开。脱落下来的皮屑，就是已经死亡的皮肤。

皮肤的新生和死亡是一个缓慢的过程，它是在不知不觉中进行的。我们每天都有一二百万个皮肤细胞生长出来，每天也都有一二百万个皮肤细胞因老化死去而被衣服磨掉或在洗澡时脱落下来。在人的一生中，总共约有18千克的皮肤要以碎屑的形式脱落掉。大约经过27天，全身的表皮就会全部换上一件“新衣”。

为什么说皮肤是人体卫士

皮肤可以保护体内的各种器官免受来自外部的种种刺激和伤害,它对身体的保护作用主要表现在以下几个方面:

机械性的保护作用

表皮的角质层处在最外面,具有一定的韧性,能耐受轻度的搔抓和摩擦。手掌和足底的角质层最厚,能抵御较重的撞击。角质层具有弹性,在和下面弹性更好的真皮纤维组织及皮下脂肪组织的联合作用下,能缓冲外来的冲击和撞伤,避免和减轻血管、神经等组织受到损伤,起着理想的保护器官的作用。

物理性的保护作用

角质层是电和热的不良导体。但如果外界温度太高,电压太大,皮肤还是要受到损害的。角质层和黑色素又有阻挡紫外线伤害内部的功能,角质层对光线照射起着使光线漫散的作用,而底层的黑色素则有防止光线吸收并深入皮肤内的作用,可保护皮肤的白嫩。当皮肤受紫外线照射时,皮肤中的7-脱氢胆固醇在光化学作用下可变为维生素D。皮肤是由从皮脂腺分泌出来的皮脂包裹着的,借助于这层皮脂膜保护皮肤和内脏器官,使皮肤不受干燥和温度等急剧变化的影响,它起着隔热层的作用。皮脂膜覆盖在皮肤表面,能节制体内水分过量散失,也能防止外环境的水和水溶性物质过量地进入体内,这些便是皮肤物理性的保护作用。

化学性的保护作用

皮肤的角质层和皮脂,对一般化学品有抵抗作用。黑色素也有减少化学性刺激的功能。但是接触高浓度的酸、碱和盐类后,皮肤立即受到腐蚀,发生化学性烧伤,强碱对皮肤的损害尤为严重。

防细菌的侵入

完整的皮肤微生物不能侵入。皮肤表面的皮脂膜一般呈弱酸性,对

外部侵入的细菌起着阻止其发育和繁殖的作用,这是因为皮脂中的脂肪酸具有杀菌作用的缘故,此外当皮肤受细菌和毒素侵袭时,皮脂腺还具有产生抗体的免疫力作用。

什么是皮肤的吸收作用

皮肤并不是绝对严密而无通透性的组织,某些水溶液、药物等可以选择性地通过表皮而被真皮吸收,从而影响全身。

皮肤吸收一般有三个途径:使角质层软化,渗透过角质层细胞膜,进入角质层细胞,然后通过表皮其它各层;大分子及不易渗透的水溶性物质只有少量可以通过毛囊、皮脂腺和汗腺导管而被吸收;少量通过角质层细胞间隙而渗透进入。

影响皮肤吸收的因素有:身体不同部位的角质层厚薄不同,吸收也不一样。如手掌、足跟处角质层较厚,吸收作用小,黏膜无角质层则吸收作用较强。婴儿、儿童的皮肤角质层较薄,吸收作用较成年人为强。当患湿疹等皮肤病,特别是皮肤有破损时,可使吸收作用增强。

角质层可以吸收较多的水分,如皮肤被水浸软后,则可增加其渗透。如化妆品使用油性载体,覆盖在皮肤表面,使体内水分无法透出,这些水分将使角质层细胞含水量增加,从而促进皮肤的吸收。

了解了皮肤的吸收功能,对化妆品剂型和配制方法的选择有重要意义。一般来讲,要促使皮肤吸收,用肥皂等去垢剂洗掉皮脂,并仔细地擦用一些乳膏等物质,再经按摩以促进皮下血液的循环,从而加速了皮肤的新陈代谢,则对渗入皮内柔润皮肤将更为有利。

为什么皮肤会出汗

皮肤内分布着丰富的神经组织,因此,对外界的感觉十分灵敏。皮肤把来自外部的种种刺激通过无数神经传达给大脑神经中枢,从而有意识

或无意识地在身体上做出相应的反应。感觉分为触觉、痛觉、温觉、冷觉等，皮肤内的神经末梢分别以点状形式分布于皮肤表层或皮肤深处，分别接受各种不同的感觉。其中痛觉最为敏锐，温觉最迟钝。触觉则因部位不同而有所不同，感觉最敏锐的是手指和舌头。

皮脂腺和汗腺具有分泌和排泄的功能。皮脂腺分泌皮脂和排泄少量废物，皮脂有润滑皮肤和毛发的功能，可使毛发柔软光亮，皮肤不干燥，又有保温、防止水分蒸发、防止水和水溶性物质侵入和抑制某些微生物的功能，但如果皮脂分泌过多，阻塞了毛囊孔，便会引发生粉刺。汗腺的排泄物主要是液体，每天约可排泄 500-1000 毫升，其中 99% 是水分，其余的是少量水溶性盐类和其它物质。在冬季天冷时，只有少量不自觉的出汗，而暑天多汗时，甚至连小便也会相应地减少，当肾脏功能失常时，汗腺也能代替部分肾脏排泄的功能。

什么是皮脂腺

皮脂腺位于真皮上部，大多数开口于毛囊上三分之一处，除手掌和足跟外，全身皮肤表面都有皮脂腺。其中头、面部的数量较多，特别是鼻子周围和前额等处皮脂腺更是特别多，有时可用肉眼观察到其开口部分。

皮脂腺的发育与年龄有关，新生儿的皮脂分泌量多，小儿期变得非常少，而到了青春期又多起来。以后，男人一直到老年期其分泌量几乎没有什么变化，而妇女则在 20 岁前后皮脂的分泌最多，从 35 岁以后则减少。这是由于皮脂腺是受雄性激素支配的，而雌性激素却对皮脂的分泌起抑制作用。

皮脂的分泌量因人而异差别很大。根据皮脂分泌量的多少大约可分为脂性、中性和干性肌肤。皮脂在表皮上扩散时可使皮肤变得平滑、柔润、有光泽，并能防止体内水分的蒸发。此外由于皮脂中脂肪酸的杀菌

作用，因此对体外的细菌有防御作用。在护肤化妆品中就含有与皮脂相仿的油脂成分。

皮脂腺受内分泌系统控制，雄激素可以促使皮脂腺增生、肥大，分泌活动增加，大量雌激素则可抑制皮脂腺的分泌活动。新生儿由于从母体来的以雄激素为主的性激素的影响，皮脂腺十分活跃，皮脂排泄多，称为胎脂，可发生新生儿痤疮。以后皮脂分泌减弱，为成年人的10~12%。直到青春期再受以雄激素为主的性激素的影响，皮脂腺明显发达，皮脂量再次增加。女子绝经期后皮脂量急速减少，男子70岁以后减少。

什么是皮肤的散热和保温功能

皮肤有散热和保温功能，对体温经常保持在正常的水平起着重要作用。身体内散热量的90%是通过皮肤散发出来的。

人是哺乳动物，体温恒定在36℃~37℃。体温的发生是体内糖和脂肪氧化产生热量的过程，体温的散发主要是通过皮肤血液的增减即血管神经性调节及皮肤和肺的散热调节两种方式进行，产热与散热的动态平衡使体温维持恒定。临床上患者出现发热，体温高于37.5℃时，可以用各种手段来降温，但通过皮肤发汗是最快捷最有效的方法。皮肤散热占总散热量的90%，其物理学机理有4种：辐射、对流、传导和蒸发。当外界温度低于体温时，辐射、对流、传导散热效果较为明显；当外界温度等于或超过皮肤温度时，辐射、传导和对流等散热方式停止作用，此时蒸发成了唯一的散热形式，这时皮肤变得松弛，并以发汗的形式大量散热。由于水的比热大，汗水变蒸气时需要大量热量，蒸发1毫升汗液可带走585卡的热量，盛夏时一天的出汗量甚至可达5升之多，从而使皮肤冷却降温，使体温维持正常。如果汗腺功能失调，就容易中暑。