

主 编 饶忠华
执行主编 虞 豪

银屑病、白癜风 与皮肤瘙痒 患者自助手册

◆郎玉麟 郎 闯 郎燕静 编著

◇上海科技教育出版社



患者自助手册书系



患者自助手册书系

癌症患者康复自助手册

脂肪肝、肝炎与肝硬化患者自助手册

风湿、类风湿与骨关节疾病患者自助手册

红斑狼疮与自身免疫病患者自助手册

青光眼、白内障与屈光不正患者自助手册

糖尿病及相关疾病患者自助手册

痛风及相关疾病患者自助手册

银屑病、白癜风与皮肤瘙痒患者自助手册



ISBN 7-5428-4052-5



9 787542 840523 >

易文网 : www.ewen.cc

ISBN 7-5428-4052-5/R • 319

定价: 9.80 元

装帧、版式设计: ③LC 工作室

患者自助手册书系

主 编：饶忠华

执行主编：虞 豪

银屑病、白癜风与皮肤瘙痒 患者自助手册

郎玉麟 郎 闯 郎燕静 编著

上海科技教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

银屑病、白癜风与皮肤瘙痒患者自助手册/郎玉麟, 郎闯, 郎燕静编著. 上海: 上海科技教育出版社, 2006. 1

(患者自助手册书系/饶忠华主编)

ISBN7-5428-4052-5

I. 银... II. ①郎... ②郎... ③郎... III. ①银屑病—诊疗—手册②白癜风—诊疗—手册③瘙痒—诊疗—手册 IV. R751-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 147026 号

患者自助手册书系

银屑病、白癜风与皮肤瘙痒患者自助手册

编 著: 郎玉麟 郎 闯 郎燕静

责任编辑: 蔡 婷

装帧设计: LC 工作室

出版发行: 世 纪 出 版 集 团

上海科技教育出版社

(上海市冠生园路 393 号 邮政编码 200235)

网 址: www.ewen.cc

www.sste.com

经 销: 各地新华书店

印 刷: 常熟兴达印刷有限公司

开 本: 850×1168 1/32

字 数: 115 千字

印 张: 5

版 次: 2006 年 1 月第 1 版

印 次: 2006 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1—5 000

书 号: ISBN7-5428-4052-5/R·319

定 价: 9.80 元

◆1 银屑病 / 1

- ◇什么是银屑病 / 3
- ◇银屑病西医有哪些疗法 / 5
- ◇银屑病的中医辨证如何 / 8
- ◇郎氏如何对银屑病进行中医分型治疗 / 10
- ◇临床上银屑病还有什么分类方法 / 13
- ◇中医外治法如何治疗银屑病 / 15
- ◇预防银屑病复发的措施有哪些 / 17
- ◇怎样鉴别银屑病与玫瑰糠疹、神经性皮炎 / 19
- ◇什么是类银屑病 / 20
- ◇郎氏中医如何治疗类银屑病 / 22
- ◇银屑病患者为什么要多运动、多出汗 / 24
- ◇银屑病患者宜吃哪些蔬菜 / 25
- ◇银屑病患者应慎用哪些控制性药物 / 27
- ◇银屑病为什么冬重夏轻 / 29
- ◇银屑病与生活习惯关系如何 / 30
- ◇红斑上有鳞屑是银屑病吗 / 31
- ◇银屑病患者到底能不能喝酒 / 32
- ◇什么是易患银屑病的性格 / 33
- ◇银屑病患者如何自我保健 / 35
- ◇银屑病患者洗澡时应注意什么 / 36
- ◇如何对银屑病患者进行心理护理 / 38



◆ 2 白癜风 / 41

- ◇ 什么叫做白癜风 / 43
- ◇ 白癜风有哪些临床表现 / 44
- ◇ 白癜风的主要发病原因是什么 / 46
- ◇ 精神因素会诱发白癜风吗 / 49
- ◇ 哪些饮食会诱发白癜风 / 50
- ◇ 何为白癜风的物理性诱发因素 / 52
- ◇ 何为白癜风的化学性诱发因素 / 54
- ◇ 白癜风的炎症性诱发因素有哪些 / 55
- ◇ 阳光暴晒后为什么容易发生白癜风 / 56
- ◇ 为什么深色肤种的人群易患白癜风 / 57
- ◇ 如何区分白癜风和其他皮肤病 / 58
- ◇ 白癜风与内分泌有无关系 / 60
- ◇ 白癜风是血液病吗 / 62
- ◇ 白癜风与环境污染有无关系 / 63
- ◇ 晕轮痣与白癜风有何关系 / 64
- ◇ 白癜风究竟能否治愈 / 65
- ◇ 什么是紫外光照射法 / 66
- ◇ 免疫调节剂能治疗白癜风吗 / 67
- ◇ 什么是补骨脂酊疗法 / 68
- ◇ 白癜风患者应该慎用、禁用哪些药物 / 69
- ◇ 中医如何治疗白癜风 / 70
- ◇ 白癜风会遗传吗 / 72
- ◇ 白癜风会传染吗 / 73
- ◇ 白癜风患者如何保护皮肤 / 74
- ◇ 如何避免环境、食品污染对人的损害 / 75
- ◇ 如何养成良好的饮食习惯 / 76
- ◇ 偏食对白癜风有影响吗 / 77
- ◇ 白癜风患者家属应当怎么做 / 78
- ◇ 白癜风患者可以晒太阳吗 / 79
- ◇ 烟酒与白癜风有何关联 / 80



◆3 皮肤瘙痒 / 81

- ◇什么是“痒” / 83
- ◇什么是皮疹 / 84
- ◇常见的原发性、继发性皮损有哪些 / 85
- ◇湿疹有何特点 / 89
- ◇接触性皮炎有何特点 / 90
- ◇药物性皮炎有何特点 / 91
- ◇荨麻疹有什么特点 / 92
- ◇带状疱疹与水痘有什么关系 / 94
- ◇传染性红斑有什么特点 / 96
- ◇什么是脓疱疮 / 97
- ◇什么是玫瑰糠疹 / 98
- ◇风疹病该如何调护 / 99
- ◇为什么儿童水痘不容忽视 / 100
- ◇癣菌疹该注意些什么 / 101
- ◇如何防治股癣 / 102
- ◇甲癣如何药物治疗 / 103
- ◇花斑癣如何防治 / 105
- ◇如何对付荨麻疹 / 106
- ◇得了汗疱疹怎么办 / 108
- ◇如何防治日光性皮炎 / 109
- ◇老年人皮肤瘙痒是何因 / 111
- ◇治疗皮肤瘙痒中药有何妙招 / 112
- ◇精神因素与神经性皮炎关系如何 / 114
- ◇什么是妊娠性痒疹 / 116
- ◇什么是结节性痒疹 / 117
- ◇什么是天疱疮 / 118
- ◇什么是红斑角化病 / 119
- ◇什么是变应性皮肤血管炎 / 120
- ◇什么是毛周角化病 / 121
- ◇毛发红糠疹如何诊治 / 122



- ◇ 棘状角化病如何诊治 / 123
- ◇ 剥脱性角质松解症如何诊治 / 124
- ◇ 什么是痤疮 / 125
- ◇ 哪些情况易引起痤疮 / 126
- ◇ 防治暗疮该怎么做 / 127
- ◇ 如何预防口周皮炎 / 128
- ◇ 心理疗法与护肤有何关系 / 129
- ◇ 为什么洗澡时不要用力搓擦皮肤 / 131
- ◇ 维生素对皮肤病治疗作用如何 / 132
- ◇ 皮肤病外用药用使用有哪些注意事项 / 134
- ◇ 为何皮肤病患者要有饮食禁忌 / 136
- ◇ 需要“忌嘴”的皮肤病有哪些 / 137
- ◇ 郎氏中医的“整体治疗”有何特点 / 138
- ◇ 何为“托、排、消”三法 / 139
- ◇ 为什么皮肤病不仅仅是外症 / 140
- ◇ 保持皮肤健康应注意什么 / 143
- ◇ 为何面部长疖不能挤 / 145
- ◇ 怎样预防衣服引起过敏 / 146
- ◇ 怎样预防药物过敏 / 147
- ◇ 怎样预防化妆品过敏 / 148
- ◇ 如何预防室内装饰材料过敏 / 149
- ◇ 怎样预防室内环境过敏 / 151
- ◇ 如何预防室外环境过敏 / 152



1 银屑病



什么是银屑病

银屑病又称牛皮癣，是一种慢性皮肤病，具有顽固性和易发性的特点，其主要临床特点是皮肤出现红色丘疹或斑块，皮损表面覆盖着银白色鱼鳞屑，除去鳞屑，抓之有出血点。由于脱落的鳞屑为白色，故称银屑病。中医对银屑病早有记载，认为多属于“白疮”、“蛇虱”范畴，如《医宗金鉴·外科心法·白瘤》中记载：“生于皮肤，形如疹疥，色白面痒，搔起白皮，由风气客于皮肤，血燥不能荣养所致”。此段文字生动地记载了银屑病的临床表现和病因、病机。现代医学对银屑病的发病原因至今不明，众说纷纭，郎氏中医多年的临床研究认为，以下几种是诱发银屑病的主要因素。

环境及气候因素

从大量的临床资料统计来看，银屑病患者绝大部分来自经济较发达的城市和平原地区，而山区半山区的患者占10%都不到。该病发病率欧、美洲高于亚洲，国内北方高于南方，这些都说明环境是致病的客观因素之一。当然另一方面也是某些人体本身存在着致病基因，在一定条件下，受到某些诱发因素而发病。另一方面若外界环境超过人体的耐受能力，受到损伤的首先是皮肤，而皮肤的代谢功能失常，又势必影响机体的脏腑功能失调，这两者互为因果而发病。所以说环境因素是诱发银屑病的重要致病因素之一。

感染因素

从临床中发现有许多患者在发病前常有外伤、手术及上呼吸道感染、急性扁桃体炎等病史，这可能是由于感染后代谢产



物的抗原体使人体免疫状态发生改变，从而激活了体内的患病基因而发病。所以说银屑病患者平时一定要多健身、多运动，提高机体抗病能力，尽量预防和避免感染。

精神因素

由于精神过度紧张，情绪抑郁或剧烈波动都会引起人体内部脏腑、气血、气功能失调或紊乱，从而引发疾病。同样，在银屑病的发病因素当中，精神因素也是至关重要的一种，这一理论观点，又从神经内分泌免疫学上得到了证实，也就是说，某些银屑病的发病及加重是精神因素造成气血循环障碍，导致皮肤代谢生理功能紊乱的结果。精神因素中主要表现为：惊恐、惊吓、焦虑、性情烦躁、情绪抑郁、精神紧张等，由于精神因素造成银屑病的复发或加重在临床中屡见不鲜。所以说银屑病患者在治疗前首先要分析自己的精神状态，及时调整，保持一份健康、积极、良好的心态。☺



什么年龄的人易患银屑病

初发年龄男性为 20~39 岁，女性以 15~39 岁为最多，15~45 岁者占 80% 左右，有记载的最小患者在出生后 17 天即出现银屑病样皮损，最大患者为 91 岁。在儿童期和 19 岁以前发病的女性占大多数，但以后发病的则以男性为多，平均年龄男性 28 岁，女性 24 岁。近十年来发病率有上升趋势。



银屑病西医有哪些疗法

类固醇激素

皮质类固醇激素软膏(霜)外用已有 20 年历史。强效类固醇激素软膏(霜)外用清洁、见效快,但停药易复发,长期使用不良反应增多,所以很多医师倾向不用,或只短期、间断使用。

如醋酸曲安奈德尿素软膏、恩肤霜、丙酸氯倍他索霜、氯氟舒松制剂、皮康王、采乐溶液(洗头液)。

外用激素治疗是治疗轻度到中度银屑病的最常用的方法之一。药物的强度有很大的差异,从温和型到超强型。激素的强度决定了哪些区域的皮肤可以用药和可以使用多长时间不产生不良反应。过度使用后常见的不良反应包括皮肤变薄,伸展瘢痕和对该激素的抗药性(再使用无效)。

抑制 DNA 类药物

1%氟尿嘧啶凝酸(聚乙烯醇、丙二醇及氮酮等)、甲氨蝶呤霜(MTX 霜)、4%乙双吗啉软膏和地蒽酚(蒽林)均可用于治疗银屑病。

地蒽酚(蒽林)是一种处方型的局部用化合物,它用于银屑病治疗已经有一百多年了。它不良反应不大,但会刺激或烧伤银屑病皮损周围的正常皮肤。蒽林让人烦的是,碰什么就弄脏什么。它有多种浓度可供处方选择,并且还有多种用药办法。

光线疗法

在专业医师指导下用 B 型紫外线来治疗泛发型的或局部顽固型的银屑病皮损。它在外用药治疗失败后,或与外用药物

治疗法联合使用。短期内使用光线疗法的风险很小。长期使用光线疗法的风险与在阳光下暴晒是一样的：皮肤癌和皮肤老化。但是长期的研究表明，大量接受光线疗法治疗的患者的皮肤癌发病率并未增高，这意味着光线疗法比阳光更安全。因此，光线疗法被认为是对中度到重度银屑病治疗的风险最小而疗效最好的方法之一。

家庭光线治疗

一些患者购买了家庭光线治疗设备，然后在家里自己实施治疗。他们必须得到医师开具的处方才能买到家庭光线治疗设备，并且治疗过程也须有医师的指导。

光化学疗法

用于治疗中度到重度银屑病，以及不能用别的方法控制的可致残的银屑病。补骨脂素是一种能在被紫外光照射到的皮肤处被激活的药物。光化学疗法可用于全身或特定位置的皮肤，比如手和脚。它也能与别的治疗方法联合使用。

光化学疗法需要在医师指导下进行，并且也有多种操作方法。最常见的一种是患者口服药物，再用光化学疗法照射患处。光化学疗法取得成功的关键是时间的控制。

其他的光化学疗法操作方法是如下。

外用药物涂抹法，在患处直接涂抹药物，特别是在手掌和足底。

浸泡法，把患处如手或脚浸泡在含有补钙脂素药水的盆子里。

沐浴法，让全身都浸泡在浴缸的补钙脂素药水中。

光化学疗法被推荐给中度到重度的银屑病患者，或者给那些用了其他方法都不见效的患者。因病在心理上或精神上致残的患者和老年患者也把光化学疗法作为主要的治疗方法。

短期使用光化学疗法的不良反应常见的有胃部不适，皮肤发红发痒。长期使用会增加患皮肤色斑、皮肤早衰、白内障等

的机会。在使用了合适的护目措施后，至今没有发生白内障的报道。对长期接受光化学疗法治患者的多次调查显示，在长期使用光化学疗法后有导致患某些皮肤癌的风险。

其他疗法

焦油制剂

使用焦油制剂治疗银屑病不仅历史悠久而且也很有效。有在药店就能购买的非处方(OTC)和处方型的 2 种焦油制剂，区别是药力的强度。焦油制剂可以和别的银屑病治疗药物(如外用激素)或紫外线一起使用。焦油制剂使皮肤对紫外线更加敏感，因此要特别提醒注意使用它来照射紫外线灯或太阳光时要防止烧伤。

全天治疗计划

全天治疗计划是为泛发的银屑病安排在专门地点进行的集中式治疗方案。在 2~4 周的时间里，患者每天花 6~8 个小时接受治疗，使用焦油制剂、地蒽酚和紫外线 B。在美国某些大城市有这些专门的中心。

还有口服抗感染药物、MEKT 疗法、甲氧苄啶治疗、抗肿瘤药物治疗、免疫抑制剂治疗、增强免疫力治疗、干扰素治疗、自血疗法和各种维生素疗法，等等。⑤



银屑病中医辨证如何

中医通常用望、闻、问、切 4 种诊病方法（简称“四诊”）去了解、观察和收集临床资料，然后加以综合分析，辨别和判断所患的是什么病，进一步指出属于什么证（即中医之“辨证”），根据出现的证确立治疗法则，再依据治疗法则选方用药（即中医之“论治”）。这就是中医诊治疾病的独到之处——辨证论治。中医讲究的辨证论治，治标兼顾治本，能够调理全身功能的平衡（即中医之“整体观念”），作者从多年的临床体会和医疗实践中得出，正确地、合理地应用中医药能有效地控制及治愈银屑病，且还有不良反应少、不易复发等优点。

由于银屑病的病因、发病机制复杂，临床表现变化多端，所以出现的证也是多种多样的，每个证在皮肤损害、全身症状、舌苔、脉象等方面的表现也是不同的。

辨皮损颜色

斑疹的颜色在辨证中具有重要意义，根据《灵枢·五色篇》“黄赤为热”的理论，斑疹色红为有热。由于脉络充盛的程度和时间不同，所以斑疹的颜色也有变化。

血热

斑疹呈鲜红色或深红色，辨为血热证。

血瘀

若日久血热壅滞不退，斑疹则呈暗红或紫红色，应辨为血瘀证。

血虚

若患者体质虚弱，病程日久，虽然体内有热，终因血虚弱，脉络充盈不足，斑疹呈浅红或淡白色，应辨为血虚。

通过皮损的颜色辨证，可为治疗提供临床依据。

辨鳞屑

银屑病的鳞屑是银白色，中医认为鳞屑是肌肤失养而出现鳞屑。

血热

热盛生风。

血瘀

经脉阻滞新血不生，致血瘀生风；血虚：荣养不足，也可生风。风胜化燥、燥胜则干，因此鳞屑干燥。

临床辨证应与辨皮损颜色结合起来，综合分析。☺



治银屑病验方之搜风顺气丸

组成

大黄（酒浸、九蒸晒）250克，火麻仁（微火焙去壳）、独活、郁李仁（滚水浸去皮）、枳壳（麸炒）、槟榔、车前子（酒炒）、菟丝子（酒煮）、山药、牛膝（酒浸）、山茱萸（去核，酒浸）各100克，羌活50克。

用法

研末，炼蜜为丸，梧桐子大。每服30丸，茶、酒送下，早晚各一服。

