

YINXIEBING
CHANGJIAN ZHISHI
YIBAIWUSHIWEN

银屑病常见知识150问

姚守恩 周渐云 / 主编



黄河出版传媒集团
阳光出版社

本书编委会

主 编

姚守恩 周渐云

副主编

雷 鸣 王景岳

吕倩倩 董 月



得了银屑病怎么办？

(代序)

姚守恩、周渐云两位医师在临床工作之余，针对银屑病患者经常提出的问题，也就是大多数患了银屑病的人或其亲属、朋友十分困惑的问题编写了这本《银屑病常见知识 150 问》。

《银屑病常见知识 150 问》是一本好书，其内容十分丰富、深入浅出，可供具有医学知识和尚不具有医学知识的人阅读。

五十年前，全世界患银屑病（当时名为“牛皮癣”）的人并不多，我国仅有百分之零点零几的患病率，也就是说一万个人里面只有几个患者。而现在却不同，就世界范围来说，高发的国家如欧美地区可达 2%~4%，我国的银屑病患者每年增长 10 万人左右。银屑病患者随着社会的发展逐渐增多，其原因是，本病病因不清，而诱发因素逐渐增多，原来没有根本治愈的病人经常复发，年轻一代人在成长过程中又会遇到各种诱发因素而发病。一方面是根治不了的患者，一方面是不断新发的患者，两者相汇自然会呈现越来越多的状况了。

人类面对这样一种病因不十分清楚，随着时光流逝而积累的银屑病患者越来越多怎么办？千条万条，有一条最重要：将该病的相关知识真实地告诉患者，在病人了解本病真实性质的情况下，医生为患者合理地制订治疗方案，因势利导，以缓解



进而消除病情。《银屑病常见知识 150 问》就是这样一本好书，它将银屑病的真实情况，用问答的方式告诉读者。当银屑病患者或其亲属读完本书以后，就知道得了银屑病是怎么回事，深入思考一下，也可以从长远着想该怎么办？

患了银屑病是跟着广告走胡乱用药，还是到正规医院找正规专科医生看病？银屑病传染不传染？银屑病能不能根治？治疗银屑病要遵循什么原则？心理障碍要不要消除？用什么药物治疗好？好了以后怎样预防其复发？银屑病治疗上有什么新思路？……所有这些，在本书里都有讨论和解答。

患了银屑病并不可怕，可怕的是对银屑病的发生、发展和转归不清楚，心存疑惑，盲目用药而拖延了病情。建议初发银屑病和拖延时间已久的患者读一读此书，了解病情，合理规划治疗方案。一般而言，据国内现有的医疗条件，大多数患者在或长或短的时间内是能够临床治愈的。复发与否和患者的心态、气候及如何调理自己的日常生活，是否合理用药有关。理解了这些，相信众多的银屑病患者与正规的专科医生配合好，就一定会取得一个满意的结果。

许 铎

北京·中国中医科学院

2015 年 10 月

许铎：中国中医科学院研究员（教授）、博士生导师，中医、中西医结合皮肤性病、艾滋病专家。



前 言

银屑病是临床上常见的易复发的皮肤病，其发病机制尚不完全清楚。近年来大量的研究表明，银屑病是一种多基因遗传背景下的免疫介导性的炎症反应性皮肤病，至今尚缺乏特效的治疗药物。银屑病的发病率占世界人口的 0.1%~3.0%。1984 年全国流行病学调查显示我国的标化发病率为 0.123%，且每年至少新增 10 万病例，2010 年国内流行病学调查显示标化发病率上升为 0.47%。据统计，87.6%~93.4%的银屑病患者反复发作，痛苦难以描述，严重影响了患者的身心健康和生活质量，世界卫生组织的工作人员指出，银屑病对患者的健康生活质量有很深的影响，包括身体功能、性功能、精神功能的影响。该病顽固且难治，成为全球皮肤科领域重点防治的疾病之一。

目前，西医尚缺乏一种对银屑病患者相对安全、有效和经济适用的治疗方案。中医中药在治疗银屑病方面很有潜力，但仍存在许多盲点。中西医结合能够起到优势互补的作用效果。笔者在长期的中西医结合皮肤性病科的临床和实践中，面对众多银屑病患者对某些问题的关注和疑惑，深感编辑一本通俗易懂的银屑病科普读物非常必要。本书以问答的形式介绍了银屑病患者最关心的 150 个问题，内容涉及银屑病的发病概况、银屑病的诊断和治疗，并简要介绍了皮肤病专家张志礼教授和许



铄教授治疗银屑病的临床经验。

本书由宁夏医科大学附属银川市中医医院资助出版，在本书的编写过程中，王永辉主任、郑燕芝老师、瞿幸主任等提出了宝贵的意见和建议，在此表示感谢！

由于时间和水平有限，本书难免有一些错误和不足之处，敬请各位读者和同行批评指正。

编者

2018年6月



目 录

1. 国内知名的皮肤病专家眼中的银屑病是什么？ / 001
2. 什么是银屑病？ / 002
3. 银屑病和牛皮癣是同一种病吗？ / 002
4. 银屑病会传染吗？ / 003
5. 银屑病有遗传性吗？ / 004
6. 如何评价偏方、秘方的作用？ / 005
7. 银屑病的广告可信吗？ / 006
8. 银屑病能不能根治？ / 006
9. 银屑病患者是否需要忌口？ / 008
10. 银屑病对病人全身健康是否有影响？ / 008
11. 银屑病患者日常生活要注意些什么？ / 009
12. 哪些治疗方法不可取？ / 012
13. 纯中药制剂是否意味着安全和无毒？ / 013
14. 银屑病的主要治疗原则 / 014
15. 怎样降低银屑病的复发率？ / 015
16. 银屑病患者健康教育处方 / 016
17. 银屑病的发病率怎样？ / 018
18. 我国现在约有多少银屑病患者？ / 018
19. 银屑病患者为什么会越来越多？ / 018



20. 银屑病的病因或诱因有哪些? / 019
21. 中医对银屑病的病因是怎么认识的? / 019
22. 银屑病患者存在哪些代谢障碍? / 019
23. 为什么银屑病会有大量银白色鳞屑脱落呢? / 020
24. 银屑病的同形反应是怎么回事? / 021
25. 神经性皮炎与银屑病有什么不同? / 021
26. 银屑病在临床上应该与哪些疾病相区分? / 022
27. 银屑病的发病与生活习性有关吗? / 022
28. 环境的变化与银屑病的发生有关吗? / 023
29. 银屑病与感染有关吗? / 023
30. 小孩患银屑病大多是因为感染引起的吗? / 024
31. 银屑病患者在哪种情况下可考虑切除扁桃体? / 024
32. 银屑病的发生与精神因素有关吗? / 025
33. 皮肤局部外伤与银屑病的发生有关吗? / 025
34. 过敏与银屑病的发生有关吗? / 025
35. 父母均患银屑病, 子女一定要患本病吗? / 026
36. 银屑病对患者的爱情有何影响? / 026
37. 不敢接受男友的求婚, 怕自己的银屑病会影响婚育怎么办?
/ 027
38. 气候对银屑病的影响很大吗? / 027
39. 如何掌握好银屑病患者冬重夏轻的一般规律? / 028
40. 运动有助于银屑病的康复吗? / 029
41. 哪些全身性因素可诱发银屑病? / 029
42. 内分泌失调对银屑病有哪些影响? / 030



43. 怀孕会加重银屑病吗? / 030
44. 月经与银屑病的变化有关吗? / 031
45. 银屑病患者有哪些甲损害? / 031
46. 银屑病真的会那么“牛”吗? / 031
47. 银屑病患者都需要注意些什么? / 032
48. 银屑病是单纯的皮肤疾病吗? / 033
49. 为什么说银屑病是一种心身疾病? / 034
50. 银屑病有哪些特点? / 034
51. 选择银屑病的治疗方法应该遵循哪些原则? / 035
52. 确定银屑病的治疗方案有哪些? / 036
53. 银屑病是如何分类的? / 036
54. 银屑病患者的病情程度如何? / 037
55. 寻常型银屑病有哪些临床表现? / 037
56. 寻常型银屑病皮损有哪三大临床特征? / 038
57. 寻常型银屑病的组织病理有哪些特点? / 038
58. 寻常型银屑病有哪些特殊形状? / 039
59. 哪种皮损类型的银屑病消退较快? / 039
60. 银屑病发生在不同部位有何临床表现? / 040
61. 寻常型银屑病会转变为其他严重型的银屑病吗? / 040
62. 脓疱型银屑病如何诊断? / 041
63. 发生在掌跖部位的银屑病有何特征? / 041
64. 红皮病型银屑病如何诊断和治疗? / 042
65. 关节病型银屑病有何特点? / 043
66. 银屑病的指(趾)甲有何表现? / 044



67. 银屑病的病情演变过程如何? / 044
68. 什么是进行期银屑病? / 045
69. 什么是静止期银屑病? / 046
70. 什么是消退期银屑病? / 046
71. 银屑病的皮损在消退时有何规律? / 046
72. 什么是逆向型银屑病? / 047
73. 儿童患银屑病有什么特征? / 048
74. 什么是尿布银屑病? / 048
75. 老年银屑病有何特点? / 049
76. 老年银屑病患者在防治方面要注意些什么? / 049
77. 银屑病可以伴发哪些其他受累器官或系统? / 050
78. 银屑病经正规治疗效果很好, 皮损完全消退, 是不是根治了?
/ 051
79. 银屑病是不治之症吗? / 051
80. 银屑病的具体治疗原则有哪些? / 052
81. 如何制订科学经济的银屑病治疗方案? / 053
82. 治疗银屑病的常用外用药物有哪些? / 054
83. 运用外用药物治疗银屑病时都要注意些什么? / 056
84. 维生素治疗银屑病有效吗? / 056
85. 银屑病患者应慎用哪些控制性药物? / 057
86. 哪些药物可诱发或加重银屑病? / 058
87. 怎样合理使用激素? / 058
88. 为什么不能滥用激素? / 059
89. 为什么治疗寻常型银屑病最好不内用激素? / 059



90. 维甲酸可以治疗银屑病吗? / 059
91. 维甲酸的毒副作用有哪些? / 060
92. 怀孕妇女可以用维甲酸治疗银屑病吗? / 061
93. 迪银片含有维甲酸成分吗? / 061
94. 甲氨蝶呤治疗银屑病效果如何? / 062
95. 环孢素治疗银屑病效果怎么样? / 062
96. 为什么一般不主张用免疫抑制剂对寻常型银屑病进行治疗?
/ 063
97. 如何掌握免疫抑制剂的适应症及在使用时应该注意什么?
/ 063
98. 为什么银屑病可以用某些治疗癌症的药物进行治疗?
/ 064
99. 雷公藤能治疗银屑病吗? / 064
100. 雷公藤有哪些毒副作用? / 065
101. 怎样来评价一种治疗办法的优劣? / 066
102. 为什么同一种药物对银屑病患者治疗的效果差别很大?
/ 067
103. 中医对银屑病是如何认识的? / 067
104. 中医治疗银屑病有什么特点? / 068
105. 单方和验方治疗银屑病效果如何? / 069
106. 中成药治疗银屑病的效果怎么样? / 070
107. 中药药浴疗法治疗银屑病的效果如何? / 070
108. 常用的物理疗法有哪些? / 072
109. 紫外线治疗银屑病的机理是什么? / 072



110. 如何运用紫外线治疗银屑病? / 074
111. 什么是光化学疗法? / 074
112. 什么是光动力疗法? / 075
113. 透析疗法治疗银屑病应注意什么? / 075
114. 何为自血疗法及在治疗中的地位? / 076
115. 何为胎盘组织疗法及其在治疗中的地位? / 076
116. 何为矿泉浴疗法及其在治疗中的地位? / 077
117. 何谓银屑病的“替代疗法”? / 077
118. 针灸治疗银屑病效果如何? / 078
119. 生物反馈疗法对银屑病有效吗? / 078
120. 加强体育锻炼能治疗银屑病吗? / 079
121. 银屑病患者如何自我保健? / 079
122. 喝酒对银屑病有哪些影响? / 080
123. 抽烟对银屑病有什么不利影响? / 081
124. 银屑病患者要不要忌口呢? / 081
125. 想给患银屑病的父母送营养品, 送什么好? / 082
126. 发物与银屑病有关吗? / 083
127. 偏食对银屑病患者有害吗? / 083
128. 病前很喜欢吃海鱼, 现在还可以吃吗? / 083
129. 银屑病患者洗澡时应注意些什么? / 084
130. 桑拿浴能治疗银屑病吗? / 085
131. 常用的银屑病食疗方法有哪些? / 086
132. 哪些蔬菜对银屑病患者有好处? / 087
133. 多吃哪些瓜果对银屑病有好处? / 089



134. 银屑病会损害肝脏吗? / 090
135. 银屑病患者应怎样减少内脏遭受损害? / 091
136. 银屑病的预防原则有哪些? / 093
137. 银屑病的一般防护措施有哪些? / 093
138. 冬春季怎样做可以减轻银屑病的症状? / 094
139. 银屑病会不会影响夫妻之间的正常生活? / 094
140. 如何保护银屑病患者的利益? / 095
141. 如何通过新的现代医学模式防治银屑病? / 096
142. 当前银屑病防治研究工作中存在哪些问题? / 098
143. 银屑病防治研究的出路何在? / 101
144. 银屑病患者如何寻医问药? / 103
145. 如何谨防走入广告误区? / 105
146. 银屑病“秘方”可信吗? / 106
147. 银屑病患者如何从饮食中加强保健? / 107
148. 何谓银屑病的“三分治,七分养”? / 107
149. 银屑病生物制剂治疗的原理是什么? / 108
150. 如何长期治疗和管理银屑病? / 109

附录一 铭记教训 科学求医

——银屑病故事会 / 110

附录二 治疗寻常型银屑病的新思路 / 116

附录三 张志礼教授治疗银屑病临床经验 / 126

附录四 许铎教授治疗斑块状银屑病经验 / 131

参考文献 / 135



1. 国内知名的皮肤病专家眼中的银屑病是什么？

由中国银屑病防治研究基金委员会王光超、李世萌、邵长庚、彭永年、杨雪琴等国内知名的皮肤病专家集体达成的银屑病十大共识，是银屑病患者共同关注的焦点：

(1) 银屑病是慢性红斑鳞屑性皮肤病，而不是真菌传染的癣病。因此，今后不要再俗称“牛皮癣”，以免引起很多误解。

(2) 银屑病绝对不会传染，国内外研究很久未发现传染因子，患者的丈夫或妻子亲密相处几十年，对方从未被传染，因此不用担心互相接触传染。

(3) 寻常型银屑病不能滥用免疫抑制剂和皮质类固醇激素治疗，以免病情容易反复和加重，使治疗更加困难，甚至引起严重后果。

(4) 治疗银屑病的中药不能含有砷、汞等重金属，以免发生重金属中毒和引起砷角化，以至皮肤发生鳞癌。

(5) 银屑病患者不要盲目相信“根治”药物的宣传，不要上当受骗，既浪费钱，更伤害身体。

(6) 银屑病患者千万不要有病乱投医滥用药，有些“游医”根本不是皮肤科医生，他们的药物成分“保密”只是为了赚钱，不惜损人利己，坑害病人。

(7) 银屑病不是不治之症，只要有耐心，采用改变生活方式、食物反馈或其他简单、安全的治疗方法都可以有良好的效果。应该提倡既省钱又提高身体素质的治疗方法。

(8) 银屑病患者不要有严格忌口，应因人而异，但少饮酒、不抽烟是好的习惯，有利于银屑病的治愈。



(9)银屑病患者要正确认识和对待疾病，树立信心，调动积极性，自己起来与慢性病作斗争。做到“既来之，则安之，自己完全不着急，让体内慢慢增强抵抗力，直至战而胜之”。

(10)银屑病患者朋友们，只要我们医生和患者联合起来，共同努力，相信我们共同的力量，一定能取得胜利!

2. 什么是银屑病?

银屑病是一种反复发作，以表皮细胞过度增殖为特点的炎症性慢性皮肤病。中医称之为“白疔”、“松皮癣”等，英文名 Psoriasis。这种病的特征是在红色丘疹或斑块上覆盖有多层银白色的鳞屑，故而得名。临床上多数患者表现为冬春季加重，而夏秋季节自然减轻，北方多于南方、城市高于农村、男性多于女性，该病病程较长且有复发倾向，久病缠身，严重影响人们的生活、学习和工作。银屑病的病因并不完全清楚，目前许多学者已证实银屑病患者存在遗传性缺陷，再加上一些外界因素(如上呼吸道感染、精神创伤、外伤等)导致免疫异常，进而引起银屑病发生。目前治疗方法很多，皮肤科医师也确实治愈过不少银屑病患者，但银屑病的防治仍是一个困扰人们的问题。如果银屑病患者及家属与皮肤科医师共同努力掌握银屑病发病中的有关规律，一定能更好地解决当前的银屑病防治问题。

3. 银屑病和牛皮癣是同一种病吗?

银屑病这个病名是在 1956 年确定的，在这以前医生们诊断为牛皮癣。现在看来，把银屑病叫作牛皮癣是不合适的，这是



因为：

第一，容易和一般的癣病相混淆，一般的癣，如手癣、足癣、股癣等都是真菌感染引起的，具有传染性，外用抗真菌的药物有效；而银屑病，则非真菌引起，没有传染性，用抗真菌的药物无效果。

第二，易与传统中医中牛皮癣的概念相混淆，中医中牛皮癣是指皮肤肥厚、状如牛皮的皮肤病，所以除了少量本病患者外，还包括一部分神经性皮炎和慢性湿疹，而传统中医的松皮癣和白疔更接近银屑病。

第三，无论从哪个方面讲银屑病和“牛皮”都没有关系，颜色上的点状红斑，白色鳞屑，形状上的点、圆或不规则的地图状，都不似牛皮。

第四，牛皮癣这种不雅的称号，会加重银屑病患者的心理负担。

所以，我国医学界在 1956 年就正式将此病定名为银屑病。牛皮癣这种叫法应该成为历史了。

4. 银屑病会传染吗？

这是病人、家属及周围同事最关心的问题。我们接触到的病人中有很多病人因怕把银屑病传染给家中其他成员而自我隔离。有刚做母亲的病人不敢接触自己的孩子、不敢哺乳、不敢与孩子同睡，有的病人家属因怕被传染而限制病人的行动，周围亲友同事疏远甚至歧视病人的事例更为多见。这些情况使病人容易产生轻生的念头。



银屑病病变颜色发红、皮肤增厚、病程较长，是一种慢性炎症性皮肤病。但是，银屑病的这种炎症并不是传染性致病因子细菌、真菌或寄生虫等直接引起的。现代医学检验手段已达到相当高的水平，但至今仍未能证明本病有传染性致病因子。

另外，从临床实践中观察银屑病也不存在传染的问题。人与人接触的密切程度莫过于夫妻之间了，有学者曾追访调查过近千名病人，但是没有发现夫妻之间传染的病例。近千对夫妻共同生活多年也没有一人受传染，这一事实足以证明本病不会传染。

以上情况充分说明银屑病是不会传染的。了解这一点非常重要，这样就可以解除病人、家属及亲友同事这方面的疑虑，减轻病人的精神压力，为病人建立一种比较宽松的社会生活环境。

5. 银屑病有遗传性吗？

银屑病存在遗传因素现在已被公认，通过对遗传家谱的调查发现有相当数量的病人，其家属中有银屑病病人。国内外的调查报告中，具有家族发病史的病人在 10%~30%。有学者做长期随访调查：943 例病人中有 279 例病人具有家族发病史，占 29.6%；连续三代发病的有 32 人，其中有一个家族三代具有血缘关系的 25 人中有 8 人发病，但这样的家族毕竟是很少的。银屑病具有遗传因素已经确定，但是它通过什么样的方式遗传、其遗传物质（基因）是单个还是多个、基因在什么位置以及它的构成等诸多问题尚未研究透彻，这些问题正是现代科学家们目前研究的热点。