



牛皮癣,在医学上其实被称为银屑病。作为一种易诊难治的病,截至目前,尚无根治的方法,与此同时,很多宣称可以“根治”、“永不复发”的小广告满天飞。由此不少患者“病急乱投医”,盲目治疗。专家表示,银屑病虽然还不能根治,但是现代医学已经可以实现对病情的良好控制,盲目过度治疗不可取。

# 皮肤“牛魔王” 切忌过度治疗

本报记者 陈晓丽

## 大小不一的红斑是典型症状

“常见银屑病的典型表现为身体出现边界清楚、形状大小不一的红斑,红斑周围会出现炎性红晕。表面覆盖多层银白色鳞屑,鳞屑容易刮脱,刮净后会呈现淡红发亮的半透明薄膜,刮破薄膜后可见小的出血点。”济南市皮肤病防治院皮肤性病科主任史克实告诉记者,银屑病的典型特征非常好判断。

银屑病在发病时,主要表现为头皮、四肢有一些红色的鳞屑斑,这些斑最初比较小,后来会长成比较大的块,“鳞屑斑长成块后基底很红、鼓起,摸起来比较厚,表面为成片较厚的云母状鳞屑,在病理上被称为融合型的角化不全。”史克实在

采访中指出,牛皮癣是一种不分年龄、不分部位疾病,“90%的银屑病人会出现头皮的皮损,但是全身都可以发病。”

山东省皮肤病医院主任医师吴梅介绍说,根据病情表现不同,银屑病又可进一步分为寻常型银屑病、脓包型银屑病、红皮病型银屑病和关节型银屑病四类。其中寻常型银屑病可占患者中的90%以上,除了影响美观,通常没有生命危险。

而关节型银屑病患者同时还会发生类风湿性关节炎样的关节损害,引起关节畸形。吴梅表示,我国早在1985年时公布的关节型银屑病约占总体中的0.89%,但是国外该数

据则高达6%-40%。“这可能与早期医疗界对关节型银屑病的认识不足有关”,吴梅介绍道,根据该院近年来针对近2000名患者进行的统计发现,关节型银屑病可占5.8%。

脓包型银屑病较少见,急性发病或突然加重时常伴有寒战、发热、关节疼痛、全身不适和白细胞计数增多等全身症状。而红皮病型银屑病又称银屑病性剥脱性皮炎,是一种严重的银屑病,表现为全身皮肤弥漫性潮红、肿胀和脱屑,伴有发热、畏寒、不适等全身症状。史克实提醒,“脓包型银屑病和红皮病型银屑病如果处理不好,可能会引起生命安全,有一定的风险。”

## 基因是决定因素,九成以上患者会复发

国际上通常认为银屑病的发病率在1%-3%左右,国外发病率高于我国,有家族遗传史的人群中发病率甚至可提高到20%。目前,银屑病的发病原因尚未完全确定,但是现代医学普遍认为这是一种多基因遗传病。据史克实介绍,银屑病在青壮年时期发病较多,是否发病则与每个人的内在体质有关,基因是决定性的因素,“如果长辈患有银屑病,孩子会有遗传的可能,但并不是父母患有银屑病,子女就一定发病。”“银屑病的发病还与外界的刺激

因素有关,通常来说,我们将吸烟、喝酒、情绪、特殊药物等因素列为银屑病的高危因素,但是并不完全确定。”史克实介绍说,常见的急性点滴型银屑病通常是由感染引起的,“由感染引发的银屑病,在发病前都会有上呼吸道感染的症状,感染会引起体内一连串的免疫反应,表现在皮肤上时就可能会出现银屑病。”

现代医学将银屑病定义为一种慢性、炎症性、复发性的疾病,病期非常长,甚至伴随终生。但是否发病具有不确定性,临床治疗发现90%的患

者一旦患病都会复发,复发间隔期则长短不一。“在来院治疗的患者中,我见过的最长发病间隔期为30年,最短的一年到头经常发病。”吴梅说道。

此外,银屑病一般在秋冬季节时开始加重,春暖花开后会逐渐有一些减轻,“夏天的时候人们衣着较少,而日光当中的紫外线对银屑病具有治疗作用,所以天气热的时候,大多数人会获得自然缓解。”吴梅告诉记者,绝大多数患者都有冬天加重、夏天减轻的趋势,只有极少数银屑病患者与之相反。

## 原则上银屑病与饮食无关,不需忌口

据史克实介绍,银屑病在正规医院通过规范的治疗,绝大多数患者都可以控制住病情,只有极少数严重的比较难处理。“银屑病是由基因控制的,目前还没有能够根治的方法,很多人治疗没有效果就会出现盲目治疗、过度治疗的情况,而一旦治疗过度就有可能将寻常型银屑病转变为红皮病型银屑病。”

“银屑病的治疗主要包括外敷药物、口服药物、药浴、光疗等。而药物又可分为润肤剂、角质剥脱剂、消炎类、拮抗剂等十几种类型。”吴梅表示,需要专业医生根据银屑病分型、

病情严重程度、皮损部位、身体状况等综合评估用药,并根据治疗效果随时调整。

其中,糖皮质激素是银屑病的传统治疗用药。但是随着医学认识的不断深入,由于停药后病情极易反跳,如今糖皮质激素已经很少在系统治疗中使用,只有在病情危及生命时才作为抢救型用药。“其实很多小广告的药物就是添加了糖皮质激素,当时治疗效果较好,一旦停药病情往往很快加重,甚至转化成更严重的分型。”吴梅提醒道。

史克实也提醒道,有一些偏方

确实会控制住银屑病,但是有可能患上皮肤型的肿瘤,这是因为偏方中含有三氧化二砷。“如果不能坚持正规治疗,盲目追求除根,还不如不治,千万不要通过网上查阅药方或是自行翻看说明书的方法用药。”

此外,专家表示,原则上银屑病与饮食无关,不需要忌口,“现实生活中确实有一些患者因为吃了某种食物导致银屑病发病,这可能由于他对这种食物过敏,引起了过敏性的皮疹,从而诱发银屑病发作。”不过,如果发现自身确确实实在摄入某种食物后病情加重,则要注意避免。

养生堂

主办:齐鲁晚报  
协办:山东省大众健康管理中心  
山东省科普创作协会资助项目

养生堂 本期堂主:靳有鹏

靳有鹏,儿科学博士,副主任医师,山东大学硕士研究生导师,山东省立医院小儿重症医学科副主任。曾赴美国哈佛大学波士顿儿童医院及Nationwide Children’s Hospital访问学习。主要从事儿童各系统危重症的急救和诊治工作。主持省博士基金课题1项,获科技奖2项,近几年,在国内外SCI及核心期刊收录杂志发表论文40余篇,参编学术专著10余部。现任中国医师协会儿童重症分会青年委员,山东省医学会儿科学分会青年委员,山东省医学会流行病学分会委员,山东省医师协会围产医学分会委员兼秘书,中国小儿急救医学杂志通讯编委以及《中华临床医师杂志(电子版)》特邀审稿专家。

## 如何给宝宝补充维生素D

婴幼儿生长发育快,很多妈妈都被补钙和维生素D的问题困扰,不知道该不该补,该如何补,补多少,希望这篇文章,能够解开妈妈们的疑惑。

婴幼儿生长发育快,骨骼的快速生长需要更多的钙沉着在骨质内。维生素D有促进钙和磷自小肠吸收,使钙从血中沉着到生长快速的骨骼内,使骨质变硬。所以,婴幼儿缺钙,是维生素D不足引起的。缺钙是“果”,而维生素D不足才是缺钙的“因”。

婴幼儿的身体缺钙时,首先表现在颅骨软,囱门大,压头颅骨有乒乓球感。以后,胸部骨骼外形异常,如胸骨突起像鸡胸,两肋下缘外翻。如果下肢骨软站立负重造成“O”形腿或“X”腿。除骨骼变化外,早期表现夜间出汗多,枕部秃发形成枕秃,睡眠不安稳和容易发惊等。以上表现称为维生素D缺乏性佝偻病。

### 如何补充维生素D

第一,适当晒太阳

这是最有效、方便和经济的方法。经常让宝宝在户外活动。春秋天,你可直接让宝宝在太阳下,夏天在树阴下,使宝宝的皮肤经常接触紫外线。紫外线照射,可促进皮肤内贮存的7-脱氢胆固醇,经光化学作用转化为维生素D3。太阳光照射,可使皮肤贮存维生素D3备用,不会使维生素D过量。

第二,口服维生素D

食物中除海鱼的肝脏含一定量维生素D外,乳类(包括人乳和牛奶),蛋黄和肉类中含量均很少,谷物、蔬菜和水果几乎没有,婴幼儿每天从天然食物中摄取的维生素D不能满足他们发育的需要,需要口服维生素D予以补充。

### 维生素D应该补充多少?

正常出生的孩子,需要补充维生素D400单位/天,一般从出生后半个月到1个月开始服用,一直服到2-3岁。早产儿生后即应补充维生素D800-1000单位/天,纠正月龄满3个月后才改为400单位/天,直至2-3岁。

服用维生素D需要注意以下事项:

1.除了维生素D制剂,配方奶中也含有一定量的维生素D。配方奶粉喂养的宝宝,需要根据配方奶中所含维生素D的量,对不足部分加以补充。

2.宝宝服用维生素D过多是会中毒的。400单位是每天的维持量,不是治疗量。如果宝宝有佝偻病,必须在医生的指导下增加剂量,给予相应的治疗。

3.母乳喂养的妈妈补充维生素D并不可取,即使妈妈每天补充2000国际单位的维生素D,能够通过母乳给宝宝的维生素D也很少,如果补充量过多,达到4000国际单位,则会引起妈妈中毒。

### 挂失声明：

李欣悦(女)出生医学证明J371622150丢失,出生日期2010年9月25日,母亲徐金花(372401197604155229),父亲李爱民(372401197708194812),声明作废。

德州陵城区花之语花卉店营业执照遗失,注册号371421600270042,法人刘志超,声明作废。