



专家连线

湿疹的治疗方法 和注意事项

□王娟朋

湿疹是一种常见的炎性皮肤病，以皮疹损害处具有渗出潮湿倾向而得名。该病病程长，易复发。

临床表现

湿疹临床症状变化多端，根据发病过程中的皮损表现不同，分为急性、亚急性和慢性3种类型。

急性湿疹初期表现为红斑，自觉灼热、瘙痒；中期会在红斑上出现散在或密集的小丘疹或小水疱，搔抓或摩擦之后形成糜烂或渗液面；后期日久或经治疗后急性炎症减轻，皮损干燥、结痂，从而进入亚急性期。

慢性湿疹是由急性湿疹和亚急性湿疹反复发作不愈后演变而来的；或是开始时即呈现慢性炎症，常以局限于某一相同部位经久不愈为特点。慢性湿疹表现为皮肤逐渐增厚，皮纹加深、浸润，色素沉着等，主要自觉症状是剧烈瘙痒。

这3种类型湿疹虽都有上述临床表现，但因湿疹部位不同，其皮损形态也有差异。比如，外耳道湿疹易伴发真菌感染；乳房湿疹常见于哺乳期妇女，常有皲裂而伴有疼痛症状；肛门、阴囊湿疹常因搔抓、热水皂洗后导致急性患处肿胀或糜烂；小腿部湿疹常会发生溃烂，不易愈合等。

除了上述症状以外，在临床上还有部分患者表现为特殊型湿疹。比如，继发于中耳炎、溃疡、瘻管及褥疮等细菌性、化脓性皮肤病的传染性湿疹样皮炎，对自体内部皮肤组织所产生的物质过敏而引发的自体敏感性湿疹。嬰

儿湿疹常发于满月后婴幼儿期，呈对称性，经常发生在患儿的手背、四肢伸侧及臀部。此外，还有一种湿疹，皮损形状貌似钱币，被称为钱币状湿疹。

病因及发病机理

湿疹的病因及发病机制相当复杂，涉及体内多种因素，是发生在皮肤上的一种迟发型变态反应。

该病常发生于具有过敏体质的人。患者接触各种致敏物质，比如蛋白质(尤其是鱼、虾、蛋类及牛乳食物)、化学物品、植物、动物皮革及羽毛、寄生虫等，较正常人容易发生过敏反应。更有甚者，遇到风热、寒冷等天气变化的物理刺激均可诱发湿疹。

此外，湿疹的发生，有时可能与神经功能障碍、内分泌失调、消化不良、肠道疾病、新陈代谢异常等疾病有关。

总而言之，湿疹的发病是诸多因素相互作用下导致的。临床上也可见到坚持锻炼身体或随着环境的改变，湿疹病损减轻或自然消退。

中医对本病的命名因部位不同而不同，如“浸淫疮”相当于泛发性湿疹，“面游风”相当于面部湿疹，“旋耳疮”相当于耳部湿疹，“乳头风”相当于乳头湿疹，“疥疮”相当于疥部湿疹，“绣球风”“肾囊风”相当于阴囊湿疹，“四弯风”相当于肘窝与膝窝湿疹，“鹅掌风”相当于掌部湿疹(有的掌部

湿疹以皲裂为主要表现；严重时皮开肉绽、奇痒难忍，连手都不能弯曲，称为皲裂性湿疹)，“湿癣疮”相当于小腿湿疹，“肛门圈癣”相当于肛门湿疹。

祖国医学认为，湿疹是由于禀性不耐，风热内蕴，外感风邪，风湿热邪相搏，浸淫肌肤而成。其中“湿”是主要因素。由于湿邪相当于是小腿部湿疹，“肛门圈癣”相当于肛门湿疹。

诊断与鉴别

根据病史及临床表现特点，确诊湿疹比较容易。

急性湿疹皮损表现为多形性、对称分布，倾向渗出；慢性湿疹皮损呈苔藓样变；亚急性湿疹的皮肤损害介于上述两者之间。

对特殊型湿疹，应注意其独特的临床症状，诊断起来也不困难。慢性湿疹要同神经性皮炎相鉴别。神经性皮炎先有瘙痒而后发疹，苔藓样变明显，皮损干燥，一般无渗出、无色素沉着，好发于颈项、骶部及四肢伸侧，可耐受多种药物及理化等刺激。

一般治疗

目前，西医对湿疹尚无特效疗法，多采用对症治疗，以内服抗组胺药物为主，如苯海拉明、非那根、扑尔敏、赛庚啶等，既可单用或联用，还可与镇静药、维生

素C等合用。外用药剂型可依据临床皮损表现而定，如红肿明显、渗出多者应选溶液冷湿敷，出现红斑、丘疹时可用洗剂、乳剂、泥膏、油剂等；皮损呈水疱、糜烂者需要用油剂表现为鳞屑、结痂者用软膏；苔藓样变者多选用泥膏、软膏、乳剂、涂膜剂、酊剂及硬膏等。

注意事项

尽量寻找发病原因并祛除之。患者必须牢记过敏物质，避免食用或接触过敏物质。患者需要注意调整饮食，以清淡饮食为好，忌食辛辣刺激性食物，避免食用易致敏物质，如酒类、海鲜等；尽量减少外界不良刺激，如手抓、用肥皂涂洗或热水烫洗患处等；衣着应宽松、柔软，避免穿毛制品或尼龙织品衣物。

尽量避免长期使用或短期间内大剂量外用皮质激素类药物，以免导致激素依赖性皮炎。

皮质激素类药物的副作用表现有20多种，最常见的是用药后病情迅速好转，持续外用一段时间后，一旦停药，在一两天内用药部位(特别是面部)可发生赤红、触痛、瘙痒、裂口、脱屑，甚至发生脓疱，并导致原发病加重，这一现象称为反跳性皮炎。在重新涂用皮质激素类药物后，上述病症很快好转或消失；如再停药，反跳性皮炎再发，而且比以前更严重。患者为了避免停药后的痛苦，完全依赖涂

用皮质激素类药物。几个月或几年之后，皮肤明显变薄，毛细血管扩张，有时可出现紫癜等，特别是在面部可出现持续性红斑。

如果长期使用或短期间内大剂量注射或内服地塞米松、康宁克通、强的松等皮质类激素药物，还可引起肥胖、多毛、痤疮、血糖升高、高血压、钠潴留、水肿、血钾降低、月经紊乱、骨质疏松、无菌性骨坏死、胃及十二指肠溃疡等并发症。

长时间使用或短期间内大剂量使用皮质激素类药物对肾脏也可造成一定损害，如加重肾小球疾病、加重肾小球硬化、易致肾钙化或结石、诱发或加重肾脏感染性疾病、引起低钾性肾病等；还会引起肌糖、蛋白质、脂肪及水电解质等一系列物质代谢紊乱，破坏机体的防卫系统，抑制免疫反应能力。

有的患者在治疗过程中因使用皮质激素类药物产生了依赖性，停药后原发病变反跳加重或继发，从而产生很大的痛苦。这个时候，医生与患者家属应做好患者的思想工作，让患者对皮质激素类药物有充分的认识，增强其战胜疾病的信心。在正确选择治疗药物和逐渐减量直至停用皮质激素类药物的情况下，可选用对抗以上副作用和不良反应的方法与中药，以达到安全治愈疾病的目的。

(作者供职于武汉市人民医院)



寻医问药

Xun Yi Wen Yao

专家团队 答疑解惑

专家：河南省洛阳正骨医院 李无阴



网友：

前几天，我摔了一下后，胳膊抬不起来，到医院做了核磁共振检查，结果显示肩部软组织损伤。因肩部疼痛，且手部活动障碍，医生诊断为肩关节斜方肌及冈上肌上缘异常水肿，肩袖损伤。请问，需要如何治疗，多久能够康复？

李无阴：

肩袖损伤可以进行保守治疗，对患处进行局部热敷、按摩、烤灯照射、外用膏药等；同时，应用活血化淤类药物，比如三七胶囊等；疼痛明显者可以服用止痛类药物，比如双氯芬酸钠缓释胶囊；如果损伤严重，经过上述治疗无法改善，可以进行手术治疗。

具体多长时间能够恢复，这与个人的损伤情况有关，需要本人到医院做相关检查后可以确认。

此外，适当加强营养，有利于受损组织的修复。



李无阴

《寻医问药》栏目旨在为广大患者与医生、医生与医生之间搭建起咨询交流的平台。该栏目专家团队由全省各科专家组成。

如果您想寻医问药，我们可以邀请相关专家在栏目中为您一对一答疑解惑。同时，请关注“医药卫生报”官方微信公众号，可以在线咨询专家，也可以加QQ(一种流行的中文网络即时通信软件)进行咨询。

本报微信公众号：yiyaweishengbao QQ：5615865

河南省人民医院 神经科睡眠专科主任张红菊： 如何治疗睡眠障碍性疾病



扫码看视频

专家名片：

张红菊，主任医师，医学博士，研究生导师，河南省人民医院神经科睡眠专科主任；现任中华医学会神经病学分会睡眠障碍学组委员，中国医师协会睡眠医学专业委员会委员，中国医师协会神经内科分会睡眠障碍专业委员会委员；主持并完成多项科研项目，获河南省医学科学技术进步奖一等奖，河南省科学技术进步奖二等奖；曾参与《临床睡眠障碍诊疗手册》编写，参与制作7年制第5版神经病学配套多媒体，发表医学专业论文40余篇。

擅长领域：

她擅长神经内科常见病的诊断与治疗，比如脑血管疾病(脑出血、脑梗死等)，中枢神经系统炎症病变(脑膜脑炎、脊髓炎等)，周围神经病变以及各种痴呆(阿尔茨海默病、血管性痴呆等)，特别是睡眠障碍性疾病及癫痫的前沿性诊疗及电生理检查技术；对神经系统各种疑难杂症有独到见解。

征稿

为了更好地为基层医生的日常诊疗工作提供帮助，本版对内容进行了调整，设置了《专家连线》《实用方》《误诊误治》《经验分享》《临床提醒》《急救技巧》等栏目。请您关注，并提供稿件或建议。

稿件要求：尽量原创，言之有物，具体可行；需要1000字以内；可以用小故事开头，以增加趣味性。

联系人：朱忱飞
电话：(0371) 85966391
投稿邮箱：5615865@qq.com
邮政编码：450000
地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部

本版图片为资料图片

实用方

胖大海茶

方剂：胖大海3枚，冰糖适量。先将胖大海用温水洗净，再与冰糖一起用沸水冲泡15分钟，代茶饮。

功效：具有清热润肺、利咽解毒的作用，适用于急性咽喉炎、喉炎、扁桃腺炎或咽喉干疼。

菊花茶

方剂：鲜菊花、鲜茶叶各30克，用沸水40毫升冲服。

功效：具有清热利咽、消肿止痛的作用，主治急性咽喉炎、咽喉肿痛等。

罗汉果茶

方剂：罗汉果1个。将罗汉果切碎，用沸水冲泡10分钟后，不拘时饮服。每日1~2次，每次1个。

功效：清肺化痰，止咳润喉。主治慢性咽喉炎，肺阴不足、痰热互结而出现的咽喉干燥不适，喉痛失音，或咳嗽口干等。

(以上验方由聂勇提供)

本版方需要在专业医生指导下使用

经验分享

关于宫颈癌的ABC

□邱海峰

宫颈癌是我国常见的女性生殖系统恶性肿瘤，每年新发患者约10万例，因宫颈癌而死亡的患者约3万例。大部分患者正值青壮年，这给患者家庭和社会造成了巨大的影响。

近年来，HPV(人乳头瘤病毒)、TCT(新柏氏液基细胞学检测)筛查正在慢慢普及，但由于我国人口基数大，全国经济发展水平和卫生情况参差不齐，部分地区的宫颈癌发病率仍居高不下，需要引起重视。

由于缺乏相应的医学知识，普通人存在恐“癌”心理。一旦确诊为宫颈癌，患者和家属最为关心的通常是以下几点：1.肿瘤是早期还是晚期？2.还有没有手术机会？3.治疗后患者还能活多长时间？

下面，我针对大家关注的这几个问题进行讲解。

宫颈癌的分期

目前，国内普遍采用的是FIGO(国际妇产科联盟)分期。

这是一个临床分期，也就是主要依靠医生的临床检查(包括肉眼所见、妇科检查、影像学检查、锥切后病理检查)等来综合判断。如能手术，即使术后病理与术前不一致，也不再改变分期。通俗地讲，宫颈癌的分期是手术前已经定好的，手术不能改变其分期。

手术指征

早期宫颈癌首选手术治疗，理由是手术将肿瘤切干净的概率很大，对提高患者的预后有明显的价值。

如果肿瘤体积太大(>4厘米)，可以选择先做1~3次化疗后再进行手术，或者直接进行放疗+化疗，两者的治疗效果相似。

对于中晚期宫颈癌，则需要同步进行放疗或化疗+化疗，原因是肿瘤太大，手术切干净的概率小，且有可能存在局部或远处的肿瘤转移。单纯手术达不到所需要的治疗效果。

宫颈癌的预后

预后即百姓所说的“还能活多长时间”。宫颈癌的预后除了与肿瘤的分期、是否存在淋巴结转移等指标相关外，还与患者的年龄、机体状态、经济状况、对疾病的重视程度、心理调整情况等多种因素有密切关系。

总体来说，早期宫颈癌预后好，患者在术后几乎相当于治愈，复发的概率非常低；无淋巴结转移的患者预后好，即使肿瘤复发也通常局限在原先的宫颈部位，部分人还有再次手术的机会；经济状况好且积极治疗的患者预后偏后。

总结

宫颈癌目前被认为是高危HPV持续感染所导致的，而HPV往往是通过性行为传播的，故女性应注意性卫生，定期进行宫颈癌筛查，有条件的可进行宫颈癌疫苗接种。

(作者供职于郑州大学第一附属医院)

双手不敢摸东西 生怕沾上细菌 她这是怎么啦？

□席娜

这几年，60多岁的李老太太深受折磨。她每天都举着双手不敢摸东西，连开自己家的门都要用衣服垫着，生怕有细菌沾到手上；家里的窗户天天关着，怕有细菌飞到家里……李老太太这是怎么了？郑州市第八人民医院专家诊断后，发现她患上了强迫症。

10年前，李老太太搬了新家。新家紧挨着医院，这下可好了，老家的亲戚朋友一来看病就住在她家里。有一次，有两个亲戚同时住在她家里，并且患的都是肝炎。由于当时儿媳怀孕怀

着孕，李老太太老是担心肝炎会传染，但又不好意思让亲戚走。她心里就开始紧张害怕，特别是她妹妹又患上了肝炎，这让她更觉得哪儿都有细菌。从那以后，她不敢去医院，不敢到商场，天天在家里反复洗手，人家到她家坐会儿，她就用消毒液消毒，怕别人把细菌带回家中；后来，发展到双手不敢摸东西，开门要用衣服垫着，洗了手不敢用毛巾擦，在街上一不小心衣服被别人碰到就赶快回家脱掉消毒，遇到患者连看一眼都不敢看，去次娘家回来就会把衣服扔掉……她

也知道没必要这样做，可是就是控制不住自己。她说，现在她感觉生不如死。后来，在别人的建议下，她在家人的陪伴下来到郑州市第八人民医院接受治疗。

郑州市第八人民医院主任医师周梦煜说，李老太太由于长期处于过度紧张状态，精神负担过重，诱发了强迫症。这跟她的性格也有很大的关系：她性格比较拘谨，做事比较认真并要求十全十美，这些都是强迫症的诱发因素。

周梦煜说，强迫症患者能意识到这些都是他自己的思想，很想摆脱，但又无能为力，非常痛苦。因此，治疗强迫症一般采取药物治疗与心理治疗相结合的方法，同时家属也要帮助患者多

参加一些体育、文娱、社交活动，使其逐渐从穷思竭虑的境地中解脱出来。

(作者供职于郑州市第八人民医院)



协办：郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院
心理热线：(0371) 68953120