

# 痤疮(青春痘)的诊断与治疗

——对话泰州市姜堰中医院皮肤科中医师张琼

本报记者 李晓倩



图为张琼在坐诊。王梅妮 摄

痤疮是一种累及毛囊皮脂腺的慢性炎症性皮肤病,发病多与皮脂分泌过多、毛囊皮脂腺导管角化异常有关,饮食(脂肪、糖类、辣椒、烈性酒、油炸食品)、过度劳累、压力等都会增加皮脂产生,影响病程。临床上以粉刺、丘疹、脓疱、结节及囊肿为特征,好发于颜面、胸背部,易反复发作。痤疮的患病率逐年上升,如果治疗不及时或药物选择不当可能会形成色素沉着或瘢痕,影响美观,甚至诱发焦虑、抑郁等心理健康问题。该病主要发生于青少年群体,故也多称为“青春痘”。日前,记者采访了泰州市姜堰中医院皮肤科中医师张琼,请她谈谈关于痤疮的诊断与防治方面的知识。

记者:痤疮的临床症状有哪些?

张琼:痤疮常累及颜面部、胸背部,以反复发作若干个大小不等的粉刺、炎性丘疹、脓疱、囊肿、结节,留或不留有瘢痕等为主要临床表现,可有瘙痒、疼痛等不适。中国痤疮指南(2019年)主要依据皮损性质将痤疮分为3度、4级,即轻度(I级):仅有粉刺;中

度(II级):有炎性丘疹;中度(III级):出现脓疱;重度(IV级):有结节、囊肿。

记者:痤疮的治疗方法有哪些?

张琼:外用药物治疗是痤疮的基础治疗,轻度及轻中度痤疮可以以外用药物治疗为主,中重度及重度痤疮在系统治疗的同时辅以外用药物治疗。常见外用药包括阿达帕林凝胶、过氧化苯甲酰、夫西地酸软膏、甲硝唑凝胶等,常见系统用药有异维A酸、米诺环素、多西环素等。物理与化学治疗主要包括光动力、红蓝光、激光与光子治疗、化学剥脱治疗等,作为痤疮辅助或替代治疗以及痤疮后遗症处理的选择。痤疮作为皮肤科中医优势病种,中药内治、外用及中医非药物疗法常能发挥良好作用。下面我着重介绍姜堰中医院在中医方面治疗痤疮的一些方法及优势。

## 1. 中药面膜

中药面膜是以中医药理论为指导,用中药粉末或中药提取物,再添加水、蜂蜜等做成膜物质,均匀敷于面部的一种涂剂。中药面

## 专家档案

姓名:张琼

职务:泰州市姜堰中医院皮肤科中医师

专长:中西医结合治疗痤疮、荨麻疹、湿疹、带状疱疹、银屑病等常见皮肤病;光电治疗雀斑、炎症后色素沉着、脂溢性角化、各类疣、太田痣等损容性皮肤病;手术切除色素痣、皮脂腺囊肿等浅表肿物。

门诊时间:每周一、四、五、六、日全天,周二上午。

膜疗法治以清热解毒、祛瘀生肌、利湿清热、活血化瘀等,将不同中药经研磨成粉,调成糊状敷于面部,直接作用于皮损处,增加角质层含水量,经透皮吸收改善局部血循环,抑制皮脂分泌,抑制局部痤疮丙酸杆菌,避免毛囊和毛囊附属器的损伤,直接在毛囊发挥作用,起到由外治内、抗菌消炎、活血化瘀、清脂除垢的治疗作用。

## 2. 中药洗剂和水剂

中药洗剂是指用水或乙醇与中药粉末混合而成的剂型,一般为澄清的等渗溶液,只可外用。中药水剂是指中药煎煮后的滤液,也称汤剂,一般用作内服,也可外用。洗剂和水剂的制备方法略有区别,但使用方法相似,都是通过湿敷、涂擦、浸浴、洗涤等方法治疗痤疮。洗剂和水剂主要适用于湿热内蕴型痤疮。所选药物以清热、解毒、利湿、活血为主。常用药物有黄芩、黄柏、透骨草、马齿苋、连翘、丹参等。

## 3. 自血疗法

自血疗法是一种非特异性刺激的自然疗法,指抽取患者少量肘静

脉血(不加抗凝剂及任何药物),立即注入选定穴位的中医特色疗法。自血穴位注射疗法结合了放血、针刺、穴位注射等传统治疗的优点。其中抽取少许血液有利于促进机体的新陈代谢,与中医传统的祛瘀生新理论相一致;针刺有激活局部血液循环、调和气血的作用;穴位注射可通过自体血液对穴位的长时间刺激作用,疏通经络,调节人体阴阳平衡,达到消除痤疮的目的。自血疗法可在痤疮患者的治疗过程中发挥免疫调节作用,改善机体的炎症反应,为控制痤疮炎症反应提供一种安全有效的治疗手段。

## 4. 火针疗法

火针疗法,古称“焮刺”“烧针”“燔针”等,是将针迅速在明火上烧红后,快速刺入人体已选好的特定穴位中,以治疗疾病的方法。有针体细、易于燃烧、易于操作、感染危险小、出血少、经济方便等优点。痤疮发病以热居多,火针疗法借助火针的热力刺激达到以热引热的效果,引火热之邪外散,使火针之热和肌腠表里之热毒相合,强开门户,使热毒有引可泄,达到清热解毒、助行气血、软坚散结、消肿止痛之效。

记者:痤疮患者日常应注意哪些方面?

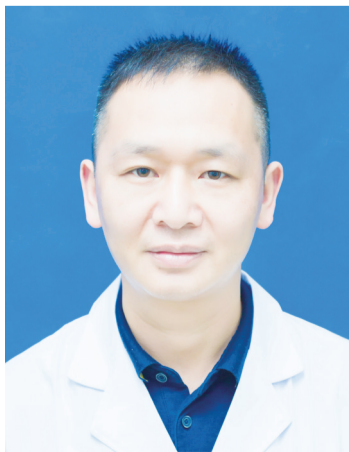
张琼:1.健康教育:限制高糖和油腻饮食及奶制品尤其是脱脂牛奶的摄入,适当控制体重、规律作息、避免熬夜及过度日晒等均有助于预防和改善痤疮发生。此外,痤疮尤其是重度痤疮患者易出现焦虑和抑郁,需配合心理疏导。

2.科学护肤:痤疮患者皮肤常伴有皮脂溢出,可选用控油保湿清洁剂洁面,去除皮肤表面多余油脂、皮屑和微生物的混合物,但不能过度清洗,忌挤压和搔抓。清洁后,要根据患者皮肤类型选择相应护肤品配合使用。油性皮肤宜选择控油保湿类护肤品;混合性皮肤T区选择控油保湿类,两颊选择舒敏保湿类护肤品;在使用维A酸类、过氧化苯甲酰等药物或物理、化学剥脱治疗时易出现皮肤屏障受损,宜选择舒敏保湿类护肤品。此外,应谨慎使用或选择粉底、隔离、防晒剂及彩妆等化妆品,尽量避免化妆品性痤疮发生。



## 姜堰名医

# 何学军



何学军,中共党员,放射肿瘤学主任医师,泰州市第二人民医院肿瘤科主任、放疗中心主任,硕士研究生导师,副教授。2001年毕业于南京医科大学临床医学专业,江苏省抗癌协会第二届肿瘤放射治疗专业委员会委员,江苏省抗癌协会第一届近距离放射治疗专业委员会委员,江苏省研究型医院学会第一届肿瘤罕见突变诊疗专委会委员,江苏省肿瘤防治联盟第二届放

射治疗专业委员会委员,江苏省免疫学会转化医学专业委员会委员,中华结直肠癌MDT联盟江苏分盟泰州分会委员,江苏省333高层次人才,泰州市311工程培养对象,姜堰区肿瘤质控中心主任,主持江苏省卫生健康委科研项目一项,主持市级科研项目多项,获得市级新技术引进奖一等奖一项,发表SCI及核心统计源文章十余篇。

何学军的研究方向为肺癌、

乳腺癌的治疗。擅长食管癌、肺癌、乳腺癌、结直肠癌、肝癌等肿瘤化疗、放疗、分子靶向治疗、免疫治疗、晚期肿瘤患者姑息治疗及多学科联合的综合治疗。熟练开展各种实体肿瘤的穿刺活检,对于高难度的活检如胰腺、肝脏或者肺部小病灶也正常开展。正常开展肿瘤微创治疗,如肿瘤消融治疗、放射性粒子植入等技术。

专家门诊时间:每周二上午