

患了牛皮癣怎么办

黄丽苹 唐 静

成都医学院第三附属医院·成都市郫都区人民医院 611730

【中图分类号】R758.63

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2023) 03-070-01

牛皮癣是目前临床上非常常见的一种皮肤疾病，患者在出现牛皮癣之后通过合理的治疗是可以有效改善的，并且控制牛皮癣的发展，防止皮肤受到损伤。但是，如果在患有牛皮癣以后仍然具有不良的生活习惯，很有可能导致病情出现恶化的情况。这主要是因为牛皮癣是一种慢性皮肤疾病，具有着一定的复发性，即使暂时的控制住了病情，但是没有办法保证能够痊愈。所以患者一定要选择适合自己的方式，最大的程度上去抑制牛皮癣的发展，常规的治疗方法主要有光线治疗、药物治疗和中药治疗。光线治疗主要适用于轻度牛皮癣的患者，而中药治疗则是很多牛皮癣患者的首选治疗方法。

一、治疗的方法

1. 光线治疗

光线疗法对于牛皮癣的患者能够起到非常好的治疗效果，在短期内使用光线治疗对于患者的风险是比较小的。但是患者一定要注意，不要长时间进行光线治疗，以免会导致皮肤癌又或者出现皮肤老化的情况。因此，光线疗法只适用于轻度牛皮癣的患者使用。

2. 药物治疗

对于牛皮癣的患者采取药物治疗也具有非常良好的效果。一般情况下，牛皮癣的患者应该选择具备抑制 DNA 作用的药物进行治疗，需要注意，虽然能够起到很好的治疗效果，但是如果大量并且长期使用的话，也会导致牛皮癣出现复发的几率，甚至还会刺激到周围正常的皮肤，一定要谨慎的使用，需要遵医嘱使用。

3. 中药疗法

中药疗法相对于以上两种治疗方法来说见效比较缓慢，但是并不会给患者的皮肤带来很多伤害，而且可以有效的控制牛皮癣的病情，对于预防牛皮癣出现复发的情况具有非常良好的效果。目前很多患有牛皮癣的患者都会选择中药进行治疗。在中药疗法当中治疗牛皮癣的方法也有很多，患者可以根据自身不同的病情情况来选择相应的中药疗法，也可以通过两种或者两种以上的中药疗法进行治疗，可以提高治疗的效果。

二、牛皮癣的应对措施

1. 及时用药

正确用药对于牛皮癣的治疗来说非常的重要，因为牛皮

癣是一种比较顽固性的皮肤疾病，在出现牛皮癣以后一定要根据医生的指导下进行药物的使用，避免错误用药、盲目用药而影响自身的健康。

2. 注意卫生

当患者患有牛皮癣以后，身体的皮肤就会受到损伤，这时一定要注意对皮肤的清洁，保证皮肤周围的干净和卫生，对于病情的改善以及治疗效果也有很大的意义。由于大部分人群当发生牛皮癣以后并没有注意皮肤的清洁工作，就会导致皮肤出现感染的情况。所以当发生牛皮癣以后一定要保证身体的干净和卫生，这样才可以提高皮肤的抵抗力，同时也可以提高皮肤的健康恢复。

3. 不要抓挠

当发生牛皮癣以后注意问题有很多，特别是不要用手去抓挠，这一项是非常重要的。因为在牛皮癣发病的过程中，皮肤很有可能会发生溃烂的情况，并且表面还会形成明显的皮屑，有很多人都会觉得皮肤非常的难受，所以就会用手去抓挠，但是人的手上会有很多的细菌，如果经常用手去抓挠，很有可能导致皮肤出现细菌感染的情况，从而加重了牛皮癣疾病的病情。所以，当患有牛皮癣以后最主要的措施就是避免用手去抓挠。

4. 注意饮食

患有牛皮癣的患者在日常饮食中一定要注意保持清淡的饮食。因为牛皮癣是皮肤疾病当中的一种，在皮肤疾病的发展当中最重要的就是要忌口，特别是进食辛辣的食物以及发物，如果没有注意饮食，很有可能会因为饮食而导致自身的健康受到威胁，同时还会加重疾病的发展。只有注意饮食方面，才能够使皮肤疾病更好的恢复。

5. 保证充足的睡眠

当患者发现患有牛皮癣以后一定要保证非常充足的睡眠，这样可以提高皮肤的抵抗力。有大部分患有牛皮癣的患者在发病期间依然熬夜，并且长期具有不良的生活习惯和饮食习惯，这种情况就会降低皮肤的抵抗力，导致牛皮癣疾病出现恶化的情况。因此，一定要保证充足的睡眠并且调节自身的生活习惯，可以增强机体的免疫功能以及皮肤的抵抗力，缓解牛皮癣的病情。

(上接第 66 页)

入通过刺激支气管舒张，可以更好地舒张呼吸气道，消除肺内局部炎症，最终达到气道舒畅的作用。

综上所述，用舒利迭吸入治疗慢性阻塞性肺疾病后，患者临床症状明显减轻，药效作用快，副作用少，值得在临床工作中开展。

参考文献：

[1] 徐飞, 董竞成. 哮喘-慢性阻塞性肺疾病重叠综合征

的临床研究进展[J]. 中国全科医学, 2016, 7 (05) :500-506.

[2] 王小仁. 慢性阻塞性肺疾病患者家庭功能、社会支持、心理状态及生存质量现况调查及相关性研究[D]. 南方医科大学, 2021, 2(05) : 64.

[3] 刘欣欣. 慢性阻塞性肺疾病呼吸困难分级的临床方法评价[J]. 中国呼吸与危重监护杂志, 2021, 03:269-272.

[4] 江利黎. 舒利迭吸入对老年中重度慢性阻塞性肺疾病(COPD)肺功能的影响[J]. 当代医学, 2020, 4 (33) :4-5.