

皮肤病的中医护理方法与效果

第一部分

广州中医药大学护理学院 陈佩仪教授

一、中医对皮肤疾病的基本认识

大部分皮肤表面都长有毛发。皮肤的纹理和肌腠合称**腠理**。汗孔称**气门**，或**玄府**

作用：防御外邪、调节体温、
调节津液代谢、辅助呼吸



病因病机

病因：六淫侵袭、虫毒所伤、饮食不节、血瘀痰饮、情志内伤，禀性不耐、血虚风燥、肝肾不足等

病机：表里出入、阴阳失调、邪正盛衰、气机运化失常等

皮肤病常见症状及护理



瘙 痒

一、概述

瘙痒症是因风热、湿热、血热蕴于肌肤，不得疏泄所致皮肤外观正常却发生剧烈瘙痒为主要临床表现的一类病证。

前人的描述：

“邪气……搏于皮肤之间，其气外发，凑理开，毫毛摇，气往来行，则为痒。”



有暂时的、偶尔的、局部的；有长期、反复、全身性的

现代科技揭密瘙痒病因元凶就是“**瘙痒介质**”

中国药学会皮肤病分会经过600多名医学专家，对上万例**慢性湿疹、荨麻疹、皮肤瘙痒**等进行为期十年的临床观察试验，研究表明其真正发病原因是人体的皮肤免疫屏障缺损，受到外界诱因（如饮食、气候、日用品等）刺激时，皮肤中受损的神经细胞产生大量瘙痒介质，瘙痒介质在就像一个个小毛爪在皮下不停地搔挠着皮肤，皮肤表面应激反应-红疹、水泡、糜烂、结痂等皮损或风团，产生难以忍受的瘙痒。因此，皮肤瘙痒根在“免疫缺损”，祸在“瘙痒介质”

二、病因病机

禀性不耐，外邪侵袭，阻于皮肤之间

饮食不节湿热内生，化热生风不疏泄，外不透达

情志内伤、五志化火，血热内蕴，化热动风

六淫外袭、淫气往来，行则作痒

动风之物，助长心火偏激，激惹血热，扑肤而痒

肝肾亏损、肌失濡润，不能充养肌肤而成瘙痒

瘙痒

多见原因及生活方式

1. 易过敏性体质

- ✦ 吸入花粉、动物毛发、灰尘，喷嚏不断，身体发热有瘙痒反应
- ✦ 脾胃弱，消化差。食入海鲜、牛羊肉、鸡蛋牛奶高蛋白会过敏。
- ✦ 接触金属饰品，肥皂、清洁剂，手脱皮、结痂出疹子。

2.不良生活习惯

✦ 贴身衣物，床单被罩不及时清洗

✦ 熬夜

✦ 吃饭只吃咸香、辛辣的，号称无辣不欢

3.洗澡方式

- ✦ 洗澡发现身上有疹子，就抠挠，觉得抠掉皮肤就干净了--错！
- ✦ 洗澡水越烫越好？洗澡水温度保持35~40°
- ✦ 洗完后，应及时擦掉身上水分，使用天然药霜，才能有效保护皮肤。

三、辨证分型

	症状	治法	方药
血热 风生	瘙痒，灼热，遇热则剧，得冷则轻+血热证	凉血清热， 消风止痒	止痒熄 风汤
风盛 作痒	痒无定处，搔破出血，随破随收，破损处干燥结痂，日久呈苔样化	搜风清热， 败毒止痒	乌蛇驱 风汤
风湿 客肤	瘙痒，搔破后有滋水渗出，越腐越痒，越痒越腐。	祛风胜湿， 清热止痒	全虫方 为主

续表

	症状	治法	方药
风寒束表	瘙痒，遇冷诱发或加剧，逢暖或汗出时减轻。	祛风散寒，和营止痒	麻黄桂枝各半汤
血虚生风	劳累后痒加重，夜间尤甚+血虚证	养血消风，润燥止痒。	养血润肤饮
瘀血阻滞	瘙痒局限，抓破则有瘀血外溢或紫色条痕+瘀血证	活血化瘀，消风止痒。	活血祛风汤

分型“痒”的特点小结

- ✦ 血热----遇热则剧
- ✦ 风盛----痒无定处
- ✦ 风湿----滋水渗出
- ✦ 风寒----遇冷加剧
- ✦ 血虚----劳累或夜间甚
- ✦ 瘀血----瘙痒局限

四、治疗原则

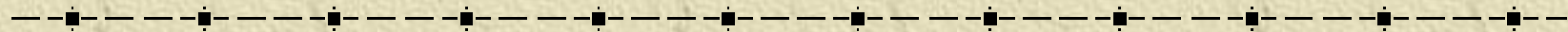
(一) 去除原因

(二) 全身疗法

- 1.抗组胺药内服----西医
- 2.封闭疗法----穴位封闭或者西医神经封闭
- 3.中药内服治疗----根据辨证分型处方内服

(三) 外用疗法

五、治疗方法



西药治疗、中药内服、外用、

适宜技术应用、饮食疗法等

(一) 中药内服

-
- ✦ 血热----中药汤剂宜午后凉服
 - ✦ 风盛----中药汤剂宜午后温服
 - ✦ 风湿----中药汤剂宜午后温服
 - ✦ 风寒----中药汤剂宜早晨或上午热服
 - ✦ 血虚----中药睡前温服
 - ✦ 瘀血----中药汤剂宜上午温服

推荐颗粒冲剂

(二) 中成药丸





(二) 穴位注射或者自血疗法

血海



曲池



肺腧



✦ 插入穴位注射视频

(三) 外用疗法

1. 药浴



局部淋浴



全身淋浴

✦ 药浴疗法：

取荆芥、防风、苦参、丝瓜络、蛇床子、当归各30克，水煎取汁，放入浴盆中洗浴，每次10~20分钟，每日2~3次，每日1剂，连续5~7天。

* 足浴疗法：

取苦参、癣皮、蛇床子、虫衣、红紫草、防风各10克，水煎取汁，放入浴盆中，待温时足浴，每日2次，每次10~30分钟，每日1剂，连用5~7天

2. 熏洗



局部熏洗



全身熏洗

3.中药外涂



中药涂药常用剂型



水剂

以水为药物溶剂、将药物与水按一定比例调配制成的一种制剂。如姜汁水、红花水

酊剂

用规定浓度的乙醇将药物有效成分浸出或溶解而制成的澄清制剂。如消肿止痛酊

油剂

是指用油脂浸出药中的有效成分，制得含药的油，或用具有药性的动植物油配制成的药剂。如紫草油

膏剂

将药物用水或植物油煎熬浓缩而成的膏状剂型。外用膏剂，分为软膏剂和硬膏剂。中药涂擦主要使用软膏剂，如金蝉止痒膏


✦ 醋加甘油治瘙痒

醋里含有的酸性物质和醛类化合物能使毛细血管扩张，对皮肤有刺激作用。甘油能软化皮肤并保持水分。

调配方法：将白醋与甘油按3:7的比例混合，每天1次或每星期2~3次，浴后立即涂抹患处的皮肤。



插入中药外涂视频



皮肤病的中医护理方法与效果

第二部分

广州中医药大学护理学院 陈佩仪教授

✦ 药醋疗法

取苦参100克，加入食用白醋适量，浸泡3~5天即成。每日洗浴时，加入苦参醋液30~50毫升于浴水中洗浴，或用棉签蘸药液外搽瘙痒处，每日2~3次，连用5~7天

✦ 药酊疗法

取夜交藤、鸡血藤、乌梢蛇各20克，加入上等白酒适量，浸泡1周即成。每日洗浴时，加入药液30~50毫升于浴水中洗浴，连用5~7天

4. 中药喷雾



5. 中药贴敷

填脐疗法：取红花、紫草、山栀、大黄各等量，研为细末，加冰片适量，混合均匀，装瓶备用。使用时每次取药末少许，加凡士林调成糊状，外敷于肚脐孔处，敷料包扎，胶布固定，每日换药1次，连用1~2周



填足疗法：取刺蒺藜、何首乌各等量，研为细末，装瓶备用。每晚洗浴后，取药末适量，加米醋少许调为稀糊状，外敷于双足心涌泉穴，敷料包扎，胶布固定，每晚贴敷，次晨取下，连用7~10天



治疗湿疹简易止痒方

1. 青黛、滑石粉、赏柏各15克，冰片9克。共研细末，用麻油调糊状，外涂患处，1日3次，用于**急性湿疹痒**
2. 枯矾10克，炉甘石30克，冰片6克，苦参15克，共研细末备用，外敷患处，1日2次，**用于阴囊湿疹痒**
3. 苦参研末，紫皮大蒜掐烂成泥外敷患处，1日3次，**用于慢性湿疹痒**
5. 茄子1个，雄黄、枯矾各15克，先将茄子挖一个小孔，将上药灌入孔内后封口，将茄子烤软后将茄子放患处轻轻磨擦5~10分钟，**用于急性湿疹痒**
6. 黄丹15克，冰片6克，氧化锌20克。共研末加香油外涂患处，1日3次，**慢性湿疹痒**

6. 针法 艾灸 梅花 针疗法

常见症状的治疗穴位：止痒穴介绍

简介

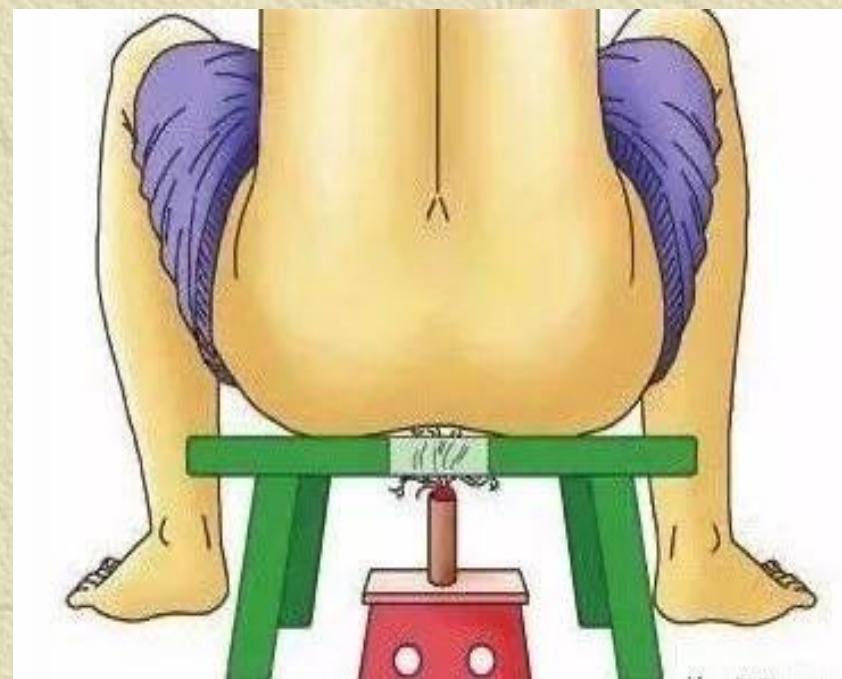
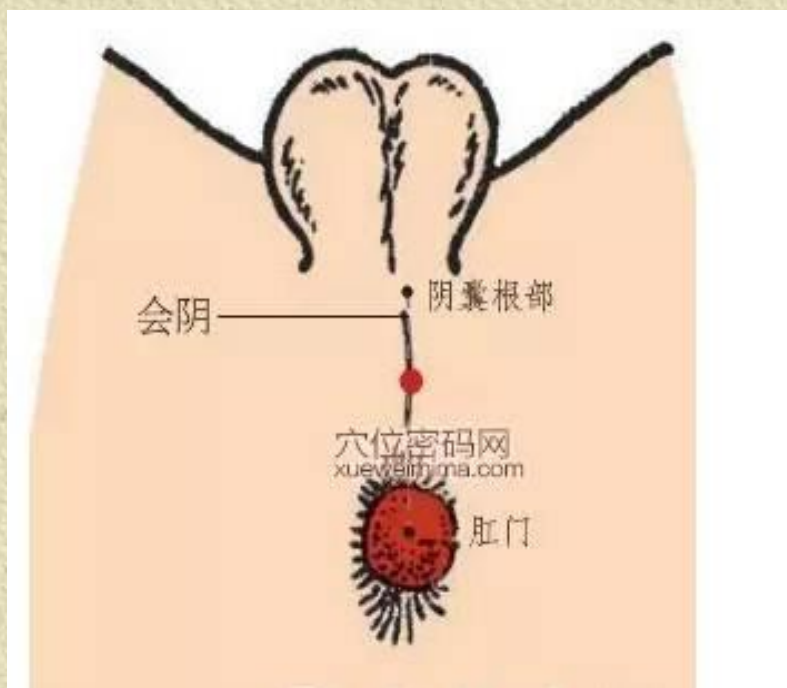
皮肤瘙痒是日常生活中常常出现的一种病症，可见于许多皮肤病(如荨麻疹、湿疹、牛皮癣、神经性皮炎等)。另外，黄疸、糖尿病、女子阴道炎、外阴白斑也常常伴有皮肤瘙痒。

止痒穴

用穴:曲池、合谷、血海、风市、足三里、三阴交、太冲、膈俞



艾灸止痒案例



7.耳穴疗法

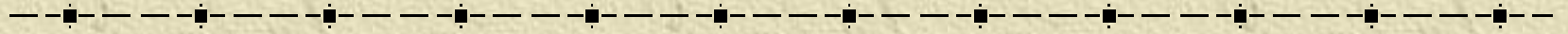
✦耳穴：心、肺、肝、皮质下、交感、内分泌、神门等



8.挑筋疗法



中医护理的其他方法

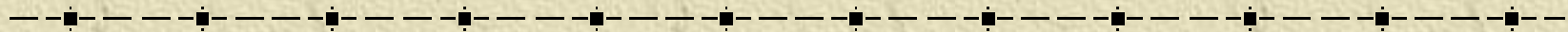


1.环境安置

2.饮食疗法

3.情志调理

环境护理



***血热生风、风盛作痒、血虚生风证：避免直接吹风**

***风湿客肤证：室内保持干燥**

***风寒束表、瘀血阻滞证：室内阳光充足、温暖，避免穿堂风**

---■---■---■---
*病床安置

如寒证、阳虚证者，宜安置在向阳温暖的病室内；热证、阴虚证者，置凉爽病室内

*病室环境

病室各种排泄物等秽浊之气，须通风换气。通风要根据四时气候和病证不同而异，但切忌对流风

*病室的温、湿度要适宜

*光线适宜

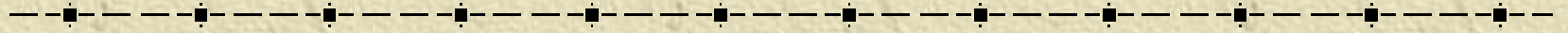


饮食疗法

-
- ✦ 血热----避免煎炸温热
 - ✦ 风盛----糖水（甜食）狗、羊、鸽肉
 - ✦ 风湿----海鱼、虾、螃蟹或雪糕、巧克力
 - ✦ 风寒----生菜苦瓜，西瓜，**兔、鸭肉，蘑菇**
 - ✦ 血虚----绿豆、生冷、腌制品
 - ✦ 瘀血----寒凉、黏腻

四季饮食

春季



春季温暖多风，阳气升发，万物生长，是其常；

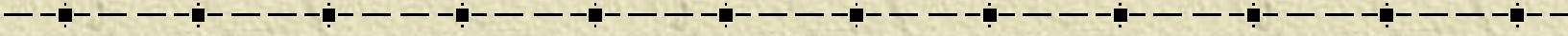
有时春雨连绵，寒潮袭击，气候变寒冷多湿，是其变

宜----辛凉、辛寒、甘寒为主。多选择平和清补

辛能散表,凉能清能泄,用辛凉疏散风热之表邪;
辛寒可清泄肺热、胃炽盛之热邪;
甘寒以养阴退热。

减酸增甘以养脾气。肝木太过-----克脾土

忌-----肥腻, 温燥



适宜春天吃的食物——鸡肉、瘦猪肉、荠菜、
萝卜、菇、百合

不宜春天吃的食物——狗肉、羊肉、鹌鹑、
花椒、大蒜、肉桂、人参、米醋、川芎

荠菜含有的荠菜酸,有一定的止血作用。还具有明目、清凉、解热、利尿、治痢等药效。荠菜的醇提物可降血压,它优于芦丁,且无毒性,用荠菜煎服或冲茶喝,有明显的降压作用。



荠菜春卷



荠菜肉丝

百合中医认为百合能养阴清热，润肺止渴，宁心安神，清热解毒、润肺止咳、补中益气、提高免疫力、美容等功效。对神志恍惚、失眠多梦等优佳。

[提示]风寒痰嗽的人就不宜服食，而中气虚寒者则应禁止食用。



芦笋银杏炒百合



莲子百合糖水

夏季

夏季暑期当令，气候炎热。

“暑热者夏之令也，人或劳倦或饥饿，元气亏乏，不足以御天令亢热，于是受伤而为病”

暑为火热之气，其性酷热，传变迅速，病多入气分而无卫分过程。

适宜夏天吃的食物—兔肉、鸭蛋、
西瓜、油菜、芹菜、蘑菇、荷叶、绿豆、
薏苡仁、白扁豆----

不适宜夏天吃的食物—狗肉、羊肉、麻雀、
韭菜、桂圆、肉桂、人参、米醋、川芎

宜----苦寒、清淡、易消化。减苦增辛，以养肺气

忌-----肥腻、燥热、发物等

民谚“冬吃萝卜夏吃姜，不用医生开处方”

孙思邈明确指出：“当时不觉即病，入秋节变多诸下，皆由涉夏取冷太过，饮食不节故也。而或者以病至之日，便为得病之初，不知病所由来者渐矣。”



将大米洗净熬成大米粥待用，肉末用酱油和少许食用油拌匀，坐锅点火倒入油，放入肉末炒散变色后，放入芹菜煸炒，倒入大米粥搅拌均匀，开锅后煮5分钟即可食。



芹菜、花椰菜、西红柿、红葡萄、柚子、橘子、蜂蜜、牛奶各适量。将芹菜、花椰菜、西红柿、柚子、橘子同搅汁；葡萄单独榨汁备用；将蜂蜜和牛奶加温水调匀。以上共混合均匀即可饮用。每日1-2次。经常服用具有丰肌泽肤及减轻皮肤皱纹功效，使皮肤嫩白红润，富有光泽。




美肤祛皱饮

秋季

秋天气候干燥，空气中缺乏水汽的濡润。人体容易感受燥热之邪而发病。

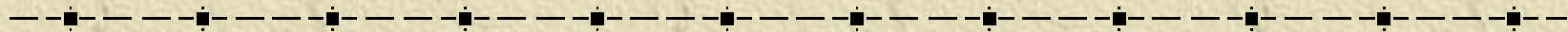
秋有夏天的余热，故多见温燥；
又有近冬天之寒气，故多见凉燥。



适宜秋天吃的食物—猪肉、牛肉、兔肉、黄鳝、
甲鱼、鸭肉、花生、芝麻、糯米、金针菇、莲
藕、银耳、百合-----

不适宜秋天吃的食物—狗肉、羊肉、麻雀、
空心菜、丝瓜、西瓜、豆芽、芹菜-----

宜----滋润养阴。多选择柔润温养之食物。温宜不热凉而不寒



宜减辛增酸以养肝气。以轻补为宜。

忌-----辛辣、燥热等。

民谚“秋瓜坏肚”

“肺乃气之海，气乃人之根，人乃气之聚”

芋头烧牛肉防皮肤老化

制作过程：牛肉1.5斤切块出水后用凉水洗净；芋头1斤洗净切块。牛肉块、葱段、姜片、大料、桂皮、花椒（调料用纱布包上），大火烧开，加糖色煮十分钟左右，改小火。煮九成熟时，用精盐、绍酒调好口味，再把芋头放入锅内，炖至牛肉块酥烂时，取出料包，加味精搅匀即可食用。

功效：芋头健脾强胃、消疔散结、清热解毒、滋补身体的功效。牛肉健脾益肾、补气养血、强筋健骨的功能。



糯米莲藕

以糯米填充莲藕，再以桂花蜜淋之，米香、藕香、桂花香，香浓入口。

材料：莲藕、桂花酱、糯米

做法：将莲藕去皮洗净；

把莲藕一头切掉，塞入洗好的糯米，再盖上刚刚切掉的一小头藕，用牙签固定住；加入冰糖水煮8~9小时至熟；切片装盘，浇上桂花糖汁即可。



冬季

冬季气候寒冷，北风袭人。冬季属肾，肾主藏精而为生命之元，故冬季为四季调补的最佳季节


宜----辛温解表或温补助阳等。以重补精气为主

宜减咸增苦以养心气

忌-----寒凉等

适宜冬天吃的食物—狗肉、羊肉、鹌鹑、
海参、胡椒、花生、核桃、萝卜、洋葱

不宜冬天吃的食物—兔肉、鲤鱼、蚌肉、空
心菜、茄子、冬瓜、西瓜、丝瓜、蘑菇、
甲鱼、鸭肉



皮肤病的中医护理方法与效果

第三部分

广州中医药大学护理学院 陈佩仪教授

情志护理

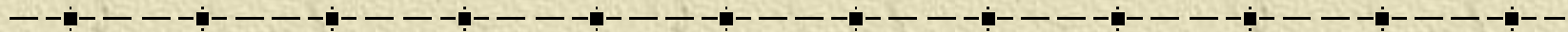
一、情志护理的基本原则

诚挚体贴 因人施护 宁心寡欲 怡情畅志

二、情志护理的基本方法

言语开导 清净养神 移情易性 情志相胜 顺情解郁

移情易性



移情：指排遣情思，使思想焦点转移他处，或改变内心虑恋的指向性，使其转移到另外的事物上。

易性：指改易心志，包括改变其错误认识、不良生活习惯，或使不良的情绪适度宣泄。

以情相制

相制：指一种情志抑制另一种情志，从而淡化或消除对病人不利的情志，而达到治疗目的一种精神疗法。

*以情胜情式心理治疗：此法起源于《黄帝内经》所说的“怒伤肝，悲胜怒”、“喜伤心，恐胜喜”、“思伤脾，怒胜思”、“忧伤肺，喜胜忧”、“恐伤肾，思胜恐”。

实践证明情志致病，按照这种心理治疗方法治疗是有一定的效果的。

早在《黄帝内经》里，就根据五行相克学说提出了七情治病理论。

以情相制具体方法

怒伤肝，以忧胜之，以恐解之。

悲可治怒---过怒的人用悲哀疗法来平息激动。

喜伤心，以恐胜之，以怒解之。

恐可治喜---过喜用惊恐（恐吓）治疗。

忧思伤脾，以怒胜之，以喜解之。

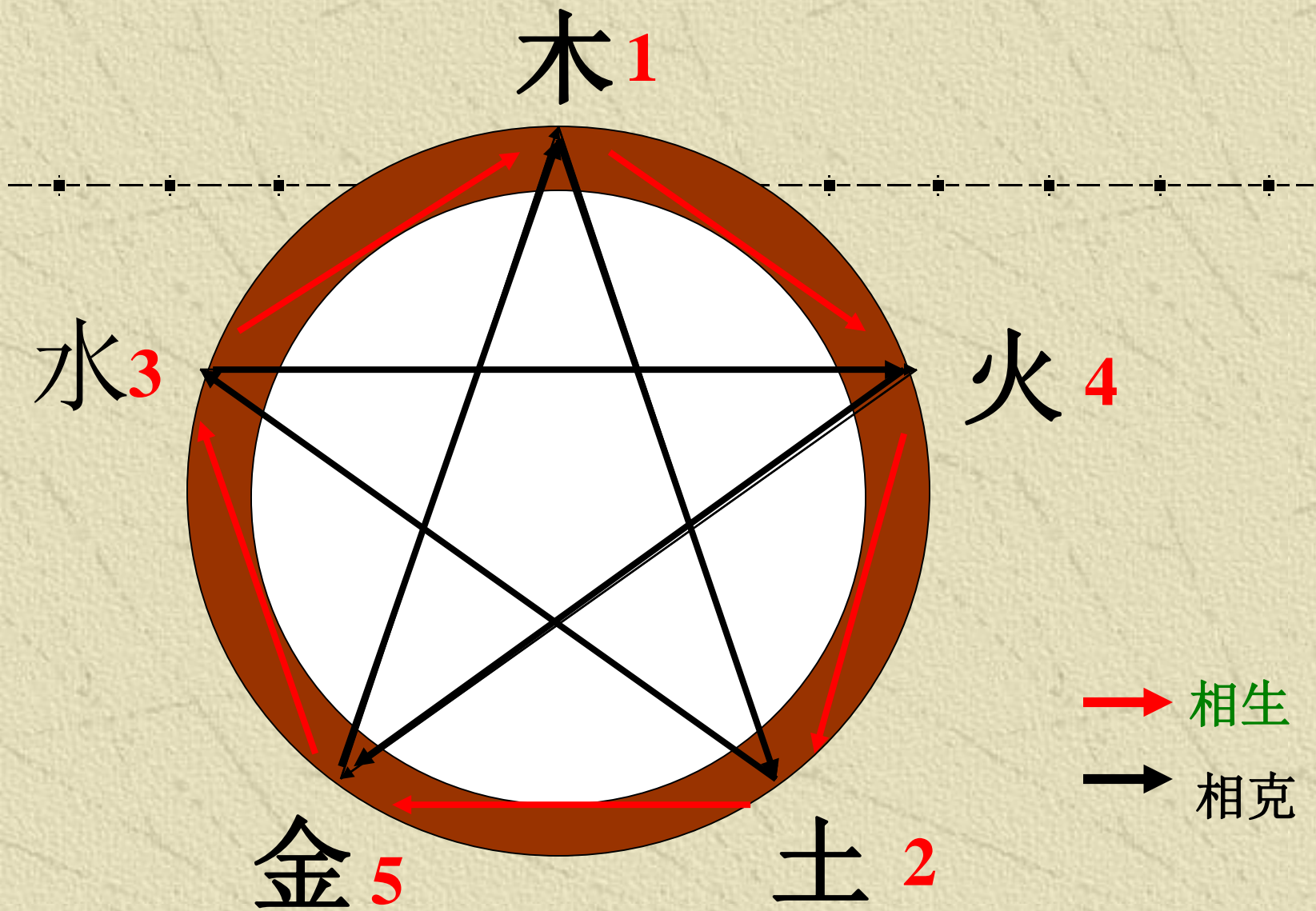
怒可治思---过思用激怒疗法治气结。

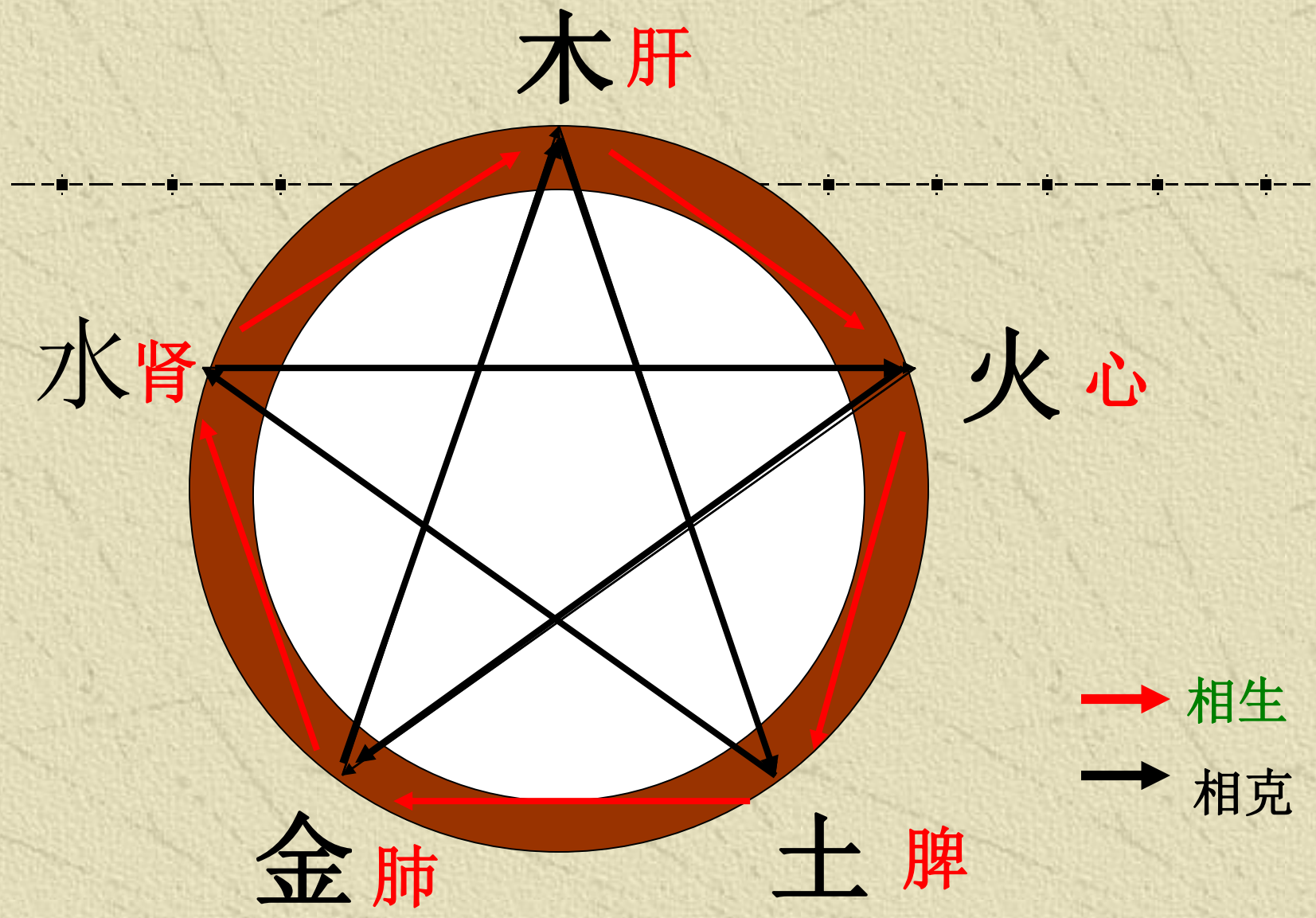
悲伤肺，以喜胜之，以思解之。

喜可治忧----过忧用喜悦治忧愁、悲哀。

惊恐伤肾，以思胜之，以忧解之。

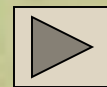
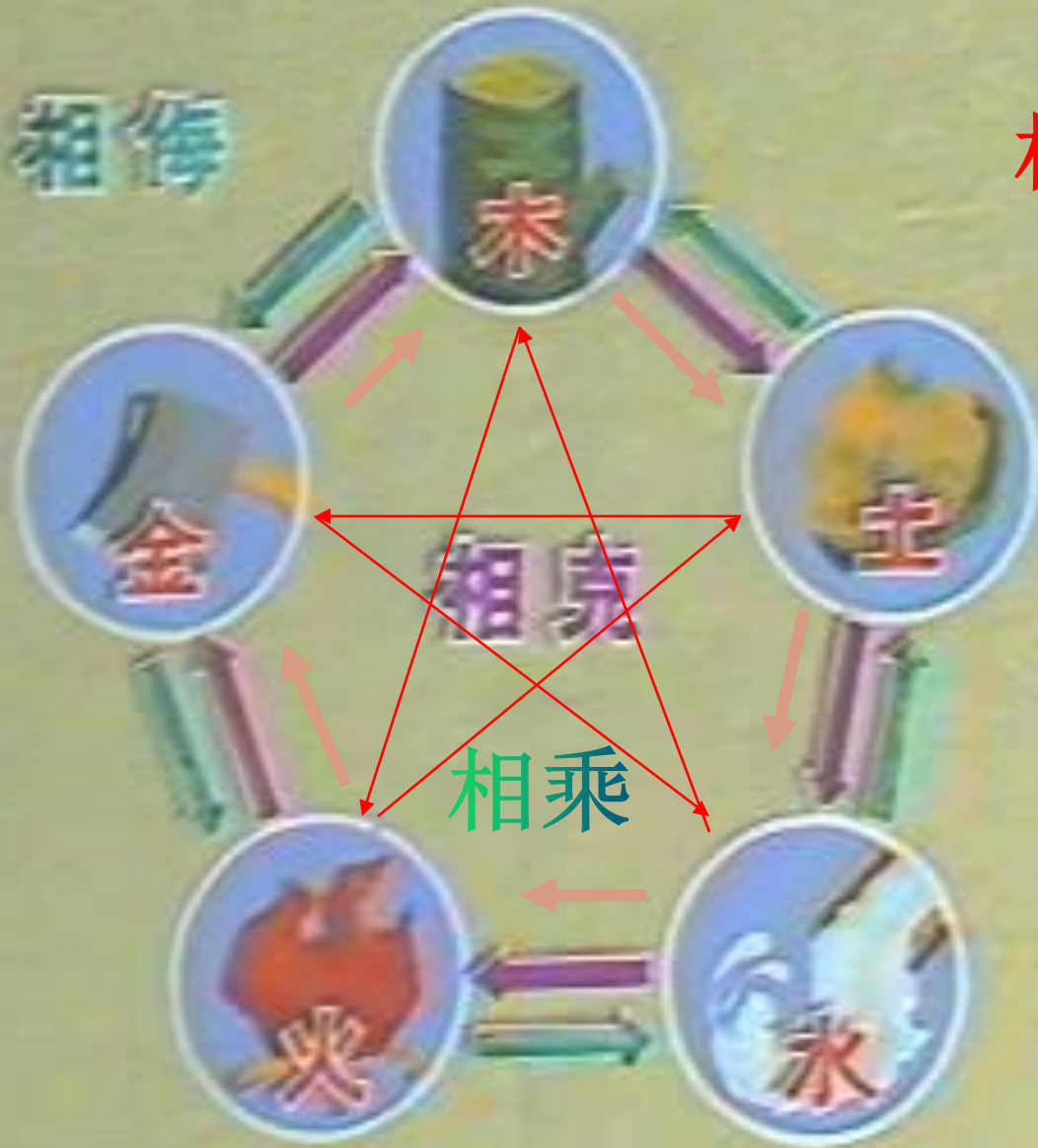
思可治恐-----过恐用静思治受恐吓。





相侮

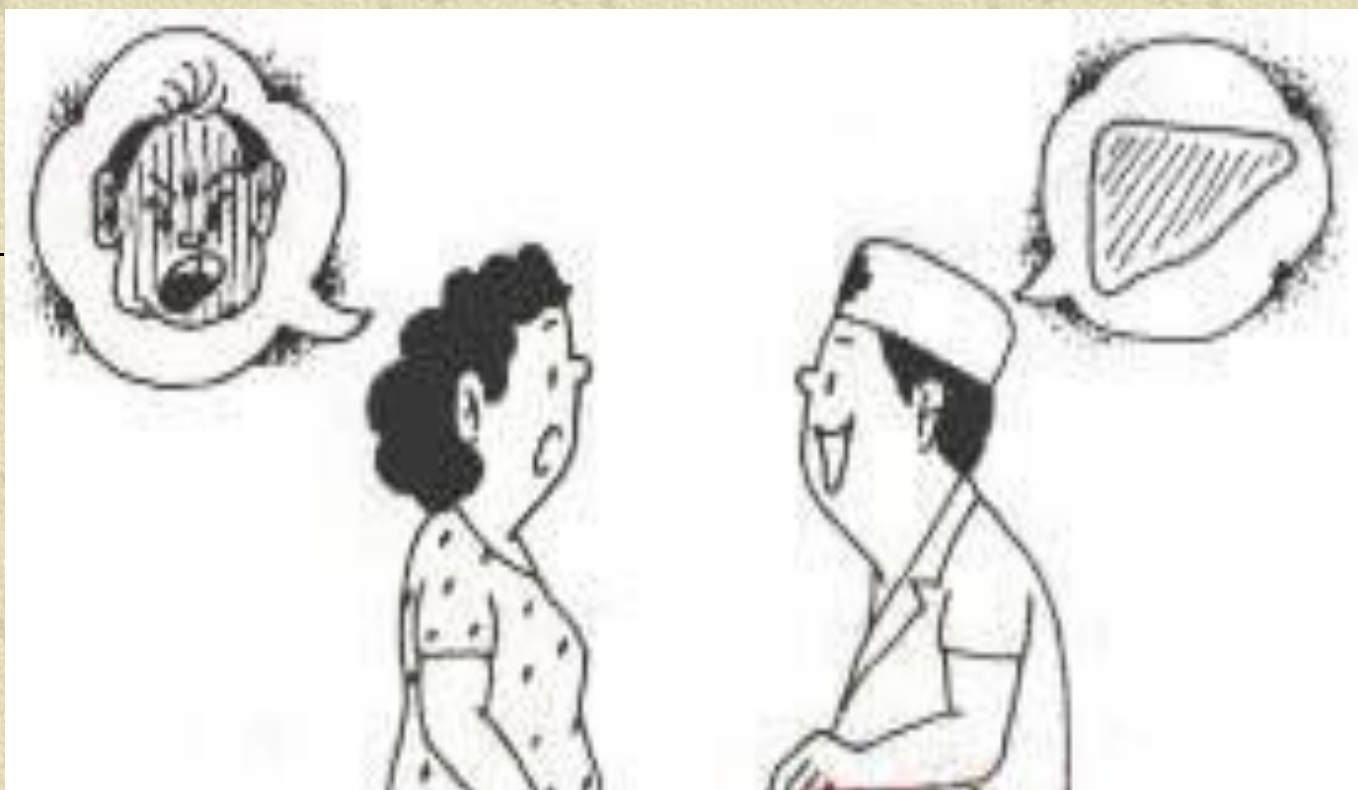
相生



✦ 上述情感疗病方法称为“喜疗”、“恐疗”、“怒疗”、“悲疗”、“思疗”

如果应用得法则收到事半功倍的效果

✦ 怒疗：“怒胜思”。怒疗适用于思念成疾或因思念过度而情绪异常低沉的患者。古代有位王爷和他的王妃感情特别深厚，王爷因公长期在外，王妃因思念、担心过度而成疾，茶饭不思，卧床不起，多处求医服药均无效。后有一名医让其侍女告诉她王爷身边现在纳了很多妾，终日享乐。王妃一听，勃然大怒。曰：“其已忘吾，吾何思其！”马上起床下地开始吃喝玩乐，病情一扫而光。



肝在志为怒，一般有肝病的人脾气不好，为此肝阳升发太过，气血上逆令人善怒。怒则气上，临床可见气逆，面红目赤，或呕血，甚至晕厥卒倒。

✦ 喜疗：《医苑典故趣拾》中记载：清代有位巡抚，精神抑郁，整天愁眉苦脸，家人特邀名医诊治。名医按脉良久，竟诊为“月经不调”。巡抚听罢，哈哈大笑，曰：“堂堂男子，焉能月经不调，实在荒唐！”从此，每忆及此事，都不禁捧腹大笑，心境也从此渐渐好了。这种疗法也称“诙谐疗法”，适用于因悲、思、忧等情绪过重致病的患者，但要注意掌握分寸，不可使其过份大喜。



心在志为喜。正常喜乐有益身心，喜乐过渡，心火亢进，心肺两伤而易“乐极生悲”。

✦ **思疗：**指引导患者对某些问题进行专心思考，以解脱和对抗某种病态情绪的方法。思疗法是一种移情易性的方法，重点在于转移患者注意力，使其忘却病态情绪对自己的刺激。思疗的应用较广，凡悲忧恐怒之病均可施之。

✦ 脾在志为思。思虑过度，伤及心脾，阳血暗耗，心神失养而见心悸、健忘、失眠、多梦；伤神损脾气机郁结，可使胃纳失职，出现纳呆、脘腹胀满、便溏等症。



✦ 悲疗：悲哀，是人的一种不良情绪。但是中医学利用“悲胜怒”和“悲则气消”的原理，使其成为治病的一种方法。《素问·举痛论》说：“怒则气上，悲则气消。”怒属阳，悲哀属阴，大怒则气血逆于上，扰乱心神，悲则气血沉降。悲疗法，在于引起悲哀之情以控制另一种病态情绪，以求阴阳平衡，达到治病效果。悲疗，除了治怒，还宜于治疗兼有情绪亢奋症状者，如狂证等。



✦ 肺在志为忧。忧怒和悲伤等不良情绪会刺激影响肺气。“悲则气消”，肺气抑郁使人意志消沉，少气懒言，神疲乏力。

✦ 恐疗：根据“恐胜喜”的原则，对于一些因过喜导致的精神混乱、神智不清等病症，可用恐疗法。如范进中举后大喜而致疯，邻居们就让其平时最害怕的人岳父胡屠户凶神恶煞地打了他一耳光，结果手到病除。



✦ 肾在志为恐。惊为不自知，事出突然而受惊；
恐为自知却胆怯。恐则伤肾，使精气不通。恐不
惧过度，气泄而下，症见大小便失禁；恐惧不
解伤精，可发生骨疼痿厥，遗精等症。

糜烂

一、概述

概念：指因风湿热邪客于肌肤，脾虚困湿，运化失调所致的皮肤水疮、脓疮破裂或浸渍后表皮早的脱落、或丘疹、小结节表皮的破损而露出潮湿面的一种病证。

前人的描述：

古医籍称之为“浸淫疮”“-----是心家有风热，发于肌肤，初生甚小，先痒后痛而成疮，汁出溃肌肉，浸淫渐阔，乃遍体”“浸淫疮，黄连粉主之”

二、辨证分型（舌象）

	症状	治法	方药
湿热浸淫	发病急，病程短，皮肤潮红，灼热，皮损形态繁多，糜烂，渗液，伴剧烈搔痒+湿热证	清热利湿，消风止痒	龙胆泻肝汤
脾虚湿蕴	病程长，有少量水疱或丘疱疹，偶有滋水渗溢，糜烂面呈淡红，搔痒，	健脾除湿	健脾除湿汤为主方加减

中医常规护理

*环境、饮食、情志因具体病人做好护理计划

*皮损面积大者，要注意防护

皮损处忌用热水、肥皂水、花椒水及高渗盐水清洗！

无感染----凡纱覆盖

有感染----先用生理盐水清洗创面---再用中药湿敷糜烂面

结痂-----用黄连油、青黛散加麻油调搽，日3次。

*按医嘱用针疗，取穴：大椎、合谷、阳陵泉、丰隆；

或穴位注射：足三里、曲池、长强非那根12.5毫克 \

vitB12(0.1mg)注射液,日1次10次为一疗程， 3~5个疗程；

或瘙痒甚影响睡眠者可用梅花针叩打风池、百会、四神聪穴

辨证分型护理

1. 湿热浸淫证

*糜烂流滋较多者用10%黄柏溶液或中药煎水冷湿敷，每日2次。伴口腔糜烂者，给予银莲漱口液漱口，或喷喉风散

*保持大便通畅。便秘严重者可按医嘱针刺足三里、大肠俞、脾俞等穴，强刺激。

*饮食宜食清利湿热之品，忌过食辛辣、发物。

*中药汤剂宜午后温服。

2. 脾虚湿阻证

(1) 糜烂渗出者，遵医嘱用马齿苋60克煎水湿敷

(2) 饮食宜用健脾祛湿食物

(3) 中药汤剂宜上午空腹温服

✦ 食疗精选

- * **薏米红豆煎**：薏米30克，红小豆15克，加水同煮至豆烂，酌加白糖，早晚分服。
- * **马齿苋煎**：鲜马齿苋30~60克，水煎，每日分数次服用，并可配合外洗。
- * **冬瓜汤**：带皮冬瓜250克，切块，煮汤食用。
- * **黄瓜煎**：黄瓜皮30克，加水煎煮沸3分钟，加糖适量，1日3次，分服。
- * **绿豆海带粥**：绿豆30克，水发海带50克，红糖适量，糯米适量。水煮绿豆、糯米成粥，调入切碎的海带末，再煮3分钟加入红糖即可。

鳞屑

一、概述

概念：鳞屑为脱落或即将脱落的角质层，其大小、厚薄及形态不一的一种症状。有大片状、糠秕状、多层银白色、淡黄色油腻性等

前人的描述：

“初服防风通圣散，次服搜风顺气丸，以猪脂、苦杏仁等分共捣，绢包擦之俱效”

二、辨证分型

	症状	治法	方药
风寒	鳞屑色白较厚，抓之易脱，冬季加剧+风寒证	疏风散寒，活血调营	四物麻黄汤
风热	银白色鳞屑，易脱落，剥刮后有点状出血+血热证	疏风解表，清热凉血	消风散
湿热	油腻性鳞屑+湿热证	清热利湿，凉血解毒	萆薢渗湿汤 消风散
血虚	大量干燥银白鳞屑层层脱落+血虚证	养血和营，益气祛风	养血祛风汤
血热	银白色鳞屑，干燥易脱落，剥刮后有点状出血	凉血解毒	银花虎杖汤

辨证分型（续表）

	症状	治法	方药
阴虚 血燥	银白色干燥鳞屑，不易脱落，皮肤干燥易裂	滋阴润燥，清热驱风。	养血润肤饮
血瘀	厚而干燥银白色鳞屑，不易脱落+血瘀证	活血化瘀，通络散结	黄芪丹参汤
风湿 痹阻	银白色鳞屑，小关节肿痛，曲伸不利+湿热证	祛湿清热，解毒通络	独活寄生汤
毒热 伤营	全身鳞屑层叠，反复脱落，伴弥漫性红斑+毒热证	清热解毒，凉血	羚羊化斑汤

中医一般护理

环境、饮食、情志根据具体病情做好计划。

*鳞屑的护理：

- 1.皮肤上药前用温水洗浴，再用软毛巾轻轻搓去鳞屑，不宜硬剥
- 2.在医生指导下使用治疗性的沐浴或浸泡：
焦油浴、油浴、中药沐浴或用温泉浴等
- 3.按医嘱用药物外涂或外敷、穴位注射或耳针治疗
- 4.鳞屑增多伴有瘙痒时参照瘙痒护理。

*向患者/家属解释引起鳞屑加重或复发的因素。

治疗原则

慎用可导致严重毒副反应的药物

治疗方案应因人因时而异

■ 静止期、消退期寻常型银屑病 —— 纯中医治疗为主

■ 进行期局限性寻常型银屑病 —— 中医结合西医局部

新特治疗中心
<http://www.healthv.org.cn>

■ 进行期泛发性寻常型银屑病 } 西医全身治疗为主

■ 脓疱型、关节病型、红皮病型 } 结合中医治疗

进行期患者的外用治疗应温和

辨证论治

可贯穿整个疾病的治疗过程

风热血燥型——多见于寻常型银屑病进行期初期。
疏风清热，凉血化斑
消风散合犀角地黄汤加减。

血虚风燥型——多见于反复发作寻常型银屑病静止消退期、红皮病型银屑病恢复期。
养血和血，祛风润燥。
养血祛风润肤汤加减

瘀滞肌肤型——多见于关节型、牡蛎样寻常型银屑病。
活血化瘀，养血润燥。
桃红四物汤加减。

中医其他治疗

✦ 埋线治疗

选择脊椎旁开4.5 c m,自第7颈椎至第2骶椎分为5等份,两侧共10个埋线点,相当于大杼、心俞、胆俞、肾俞、膀胱俞等穴位埋线(羊肠线)

✦ 穴位注射

取穴:曲池、血海、大椎、足三里、合谷、三阴交。每次取2~3个穴位。

药液: 654-2针剂5mg及维生素B120.5mg的混合液,每次每穴0.5~1ml,隔日1次。

疗程: 10次为1个疗程,疗程间休息3日。

上述疗法适用于哪一期?

* 浴疗:

常用者有硫黄浴、糠浴、焦油浴、矿泉浴、温泉浴、海水浴、中药浴、淀粉浴、泥疗等，可刺激皮肤、改善血行，消除炎性浸润

* 中药药浴常用者有花椒、枯矾、侧柏叶

* 常用于寻常性及红皮病型

辨证分型护理

1. 风寒证

- (1) 避免穿堂风，防风寒，注意保暖
- (2) 饮食宜偏温性，多食含丰富维生素B₂的食物
- (3) 中药汤剂宜上午温服

2. 风热证

- (1) 室内环境要清凉，空气流通。
- (2) 饮食宜清凉、清淡。忌五辛：葱、姜、蒜、辣椒、酒类
- (3) 中药汤剂宜午后凉服

3. 湿热证

- (1) 室内保持干燥。忌潮湿环境、淋雨、湿衣物
- (2) 饮食宜清热利湿。忌发物及五辛
- (3) 中药汤剂宜午后凉服

4. 血虚证

- (1) 宜卧床休息，保证睡眠。
- (2) 饮食宜健脾养血，鼓励进食，少吃多餐。
- (3) 中药汤剂宜上午饭后温服或分次服。

5. 血热证

- (1) 室内通风、凉爽。
- (2) 饮食宜凉血解毒。忌五辛及煎炒炙博。
- (3) 中药汤剂宜午后凉服

6. 血燥证

- (1) 保持室内安静，减少骚扰。做好情志护理。
- (2) 饮食宜清润生津。
- (3) 中药汤剂宜适时凉服。

7. 血瘀证

- (1) 室内注意保暖，防风寒。
- (2) 饮食宜活血化瘀，忌食生冷、寒凉之品。
- (3) 中药汤剂宜上午温服。

8. 风湿痹阻证

- (1) 室内防风防潮，保暖，适当运动，可给予局部按摩。
- (3) 饮食宜利湿通痹。
- (4) 中药汤剂宜早晨或空腹温服。

9. 毒热伤营证

- (1) 安排患者住单间，按重症护理。
- (2) 高热者采取冰敷或遵医嘱药物降温，不宜用擦浴。
- (3) 鳞屑多者让其自然脱落，并及时清扫。
- (4) 饮食宜用清淡、营养的流质，昏迷者用鼻饲。
- (5) 中药午后温服。重者鼻饲给药。

白疮（寻常性银屑病）中医护理方案

一、常见证候要点

（一）血热证：新出皮疹不断增多，迅速扩大；皮损潮红，银白鳞屑，有筛状出血，瘙痒，可伴有尿黄，便干。

舌质红，舌苔薄黄或白

（二）血燥证：皮损淡红，干燥脱屑，可伴有皲裂，口干咽燥。舌质淡，舌苔少或薄白

（三）血瘀证：皮损肥厚浸润，经久不退，颜色暗红，鳞屑附着紧密，女性可有痛经，舌质紫暗或有瘀点、瘀斑

二、常见症状/证候施护

(一) 皮损潮红、鳞屑

1.观察皮疹部位、颜色、形状、鳞屑、有无出血点及同形反应。如突然出现全身弥漫性潮红、大量脱屑，并伴有高热等症状或皮肤痛痒剧烈时，立即报告医生

2.禁用热水烫洗皮肤，避免外伤等

3.遵医嘱中药湿敷

4.遵医嘱中药涂药

5.鳞屑较多的患者宜在擦药前温水洗浴，轻轻去除鳞屑；皮损处留有其它药物时宜用棉球蘸植物油将其拭去；当患处结痂较厚时，用植物油或清热解毒软膏，如黄连膏、化毒散膏厚涂，待痂皮软化去除后再行涂药

6.头皮部位的皮损，擦药前宜把头发剪短；女患者不愿剪发时，可用梳子将头发分开再上药

（二）皮损淡红、干燥脱屑

- 1.观察皮疹部位、颜色、形状、鳞屑情况。
- 2.遵医嘱中药药浴
- 3.遵医嘱中药薰洗
- 4.遵医嘱中药涂药

（三）皮损肥厚浸润、经久不退

- 1.观察皮疹部位、颜色、形状、鳞屑情况
- 2.遵医嘱中药涂药，涂后选用塑料薄膜或纱布封包患处
- 3.遵医嘱中药药浴
- 4.遵医嘱拔火罐，适用于肌肤丰厚处

（四）瘙痒

- 1.评估瘙痒程度，观察皮肤有无抓痕、血痂、感染，是否影响睡眠等
- 2.宜选用干净柔软的纯棉衣服，可用手轻轻拍打痒处
- 3.保持皮肤清洁，选用温和、刺激性小的洗涤用品，水温适宜
- 4.遵医嘱中药涂药
- 5.遵医嘱中药药浴
- 6.遵医嘱中频治疗：取曲池、内关、足三里、三阴交等穴
- 7.遵医嘱穴位贴敷：取神阙穴

（五）便干

1.评估排便的次数、量、性质

2.告知患者养成定时排便的习惯，指导进行腹肌锻炼

3.腹部按摩：取平卧位，以肚脐为中心，顺时针方向按摩腹部，以腹内有热感为宜。每日2~3次

4.遵医嘱穴位按摩：取胃俞、脾俞、关元、中脘、支沟、天枢等穴

5.遵医嘱耳穴贴压：取大肠、直肠、肺、便秘点等穴

三、中医特色治疗护理

(一) 药物治疗

1.内服中药

2.注射给药

(二) 特色技术

1. **中药湿敷**: 适用于皮损色红者, 药液温度 $20\sim 25^{\circ}\text{C}$, 以6~8层纱布浸湿, 用双钳将其挤干(以不滴水为度)紧贴患部, 每隔20分钟更换一次, 持续时间40分钟, 每日2次

2. **中药药浴**: 适用于血燥、血瘀证, 皮损色暗或淡, 静止或趋于消退者。每次30分钟, 每日或隔日1次

3. **中药薰洗**: 适用于血燥、血瘀证。遵医嘱中药煎汤, 熏蒸温度 $50\sim 70^{\circ}\text{C}$ 为宜, 待药液降至 $38\sim 42^{\circ}\text{C}$ 时拭洗, 每日或隔日1次

4. **中药涂药**: 薄涂患部, 揉擦使之均匀, 每日1~2次。血瘀证, 皮损肥厚浸润、经久不退的患者, 宜厚涂, 涂药后可选用塑料薄膜或纱布封包患处, 每日1~2次。

5. **穴位贴敷**: 每次6~8小时, 每日1次

6. **拔火罐**: 适用于血燥、血瘀证患者。在肌肤丰厚, 皮损肥厚处, 遵医嘱采用拔(走)罐法, 每日或隔日1次

7. **耳穴贴压**

8. **穴位按摩**

四、健康指导

(一) 生活起居

- 1.保持床单位清洁，选用柔软、纯棉制品，减少摩擦。
- 2.保护皮肤，勤修剪指甲，防止搔抓及强力刺激；禁用热水烫洗，避免外伤及滥用药物
- 3.保证充足睡眠，避免过度疲劳，避免风、湿、热邪侵入
- 4.鼓励患者加强健身和文体活动，可进行八段锦、太极拳等养生操锻炼

(二) 饮食指导

1. **血热证**：宜食清热凉血、清淡的食品，如雪梨、藕粉、莲子、西瓜等。食疗方：绿豆百合汤、地黄马齿苋粥。多饮水、忌狗肉、巧克力、芒果等热性食物

2. **血燥证**：宜食调理脾胃、平补清补、滋阴润燥的食品，如瘦肉、蛋类、鸭肉等

3. **血瘀证**：宜食健脾利湿、活血散瘀的食品，如薏苡仁、山药、山楂、红糖等

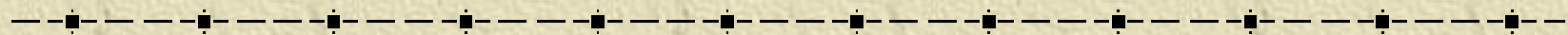
4. 瘙痒者禁食辛辣腥发动风的食品，如牛羊肉、鹿肉、狗肉、海鲜、辣椒、花椒等

5. 皮损部位大量脱屑的患者，应提高蛋白质和微量元素摄入量，宜食禽、畜、蛋、奶、植物蛋白等，必要时可使用营养素补充剂

6. 告知患者注意观察可能引起病情发作或加重的食物，对可疑食物避免食用

7. 建议选用蒸、煮、炖等方法烹制食物，避免烟熏、炙烤、油炸等

(三) 情志调理



1.多与患者沟通，采用倾听、言语开导、移情易性、顺情解郁、暗示调理等方法，及时疏导患者

2.鼓励家属多陪伴患者，给予良好的家庭和社会支持

五、护理难点

患者情志失调

解决思路：

- 1.对白疮病患者情志致病情况进行评估调查，如使用焦虑测评量表等
- 2.通过健康宣教、集体心理疏导和单独心理治疗等多层次干预，改善患者心理状态，减少情志致病，提高中医临床疗效和中医护理效果。如通过网络微博，宣传健身气功八段锦运动等
- 3.建立“银屑病病患者病友会”，利用“世界银屑病日”、“银屑病病患者关爱”等系列活动，开展医、护、患等多种形式的互动活动

六、护理效果评价

白疮（寻常型银屑病）中医护理效果评价表

二、护理依从性及满意度评价

评价项目		患者对护理的依从性			患者对护理的满意度		
		依从	部分依从	不依从	满意	一般	不满意
中医 护理 技术	中药湿敷						
	中药药浴						
	中药熏洗						
	中药涂药						
	耳穴贴压						
	穴位贴敷						
	穴位按摩						
	拔火罐						
健康指导		/	/	/			
签名		责任护士签名:			上级护士或护士长签名:		

三、对本病中医护理方案的评价： 实用性强 实用性较强 实用性一般 不实用

改进意见：

四、评价人（责任护士）姓名：_____ 技术职称：_____ 完成日期：_____

护士长签字：_____

谢谢!

