



## **Dermatological Society of Malaysia** **Persatuan Dermatologi Malaysia (PDM)**

*KULIT – 与牛皮癣共存 2007 大马皮肤病学学会运动*

(第 6 篇 – “T” – 治疗)

### **是的，牛皮癣是可以治疗的**

这个由大马皮肤病学学会所发表的 6 个篇章 KULIT 系列,目的是要提升人们对牛皮癣的醒觉意识。在这最后一篇文章中，大马皮肤病学学会主席 Allan K C Yee 医生向牛皮癣病人传达了一个重要的讯息，那就是 虽然牛皮癣目前仍然无法根治，不过它的征兆可以获得有效的治疗及管理。保持开明的态度，跟医生商议，寻找一项适合您及能带来良好疗效的治疗方法。

治疗的目的是要减轻牛皮癣的病情，包括血红的鳞状疤痕，经常勾到 衣服的鳞皮，粗糙及干裂的手掌使您跟别人握手时，感到非常尴尬，以及疼痛的关节使您无法行动自如。简单来说，治疗牛皮癣的目的是要改善患者的生活素质，因为研究显示牛皮癣如果不妥善处理，将会跟其他如癌症，心脏病和压抑症等严重疾病一样，对病人造成极大的影响。而令人振奋的是现今良好的医药设备，在改进患者生活质量方面 会有很大的帮助。

### **治疗必须因应个人的情况**

庆幸的是，只有两成的牛皮癣病患病情属于非常严重的案例，而且 病情反复无常，因此必须依据个人的情况给予适当的治疗。对于那些牛皮癣只局限于身体某个部分的病人来说，在患处涂上药膏将会有帮助，不过，如果身体绝大部分的皮肤都受到感染，那么就有必要进行 有系统的口服药物治疗，或者用人造 UV 进行光线疗法，或者进行生物药剂注射。由于牛皮癣会影响人体的任何一个部分，因此治疗的方法也因人而异。

### **特定患处的治疗**

例如，那些患上“厚头皮”牛皮癣的人经常受误导，使用抗头皮屑的 洗发剂来治疗，不过却徒劳无功。事实上，患有“头皮”牛皮癣的人 如果连续一致两个星期，涂上焦油发膏，让患处吸凝，效果斐然，这是任何一位经验丰富的皮肤病学医生都会跟病人分享的一个秘诀。



## Dermatological Society of Malaysia Persatuan Dermatologi Malaysia (PDM)

相同的，粗糙，干裂而又有鳞屑的手掌和脚板，严重的话，将使患者的双手无法正常操作，双脚无法行走，不过这种情况一旦在患处涂上含有类固醇水杨酸的特别药油，让患处慢慢吸凝后，情况将大幅度改善。这种特别的药油将软化皮肤，让粗厚的皮肤死皮掉落，使皮肤恢复柔嫩及正常。

影响脸部，身体折叠的地方，男性生殖器，胳肢窝和女性私处的牛皮癣如果谨慎使用含量比较少的类固醇药膏，以及新改良及比较安全的非类固醇 calcineurin 抑制剂，情况将会改善。问题是：出现在这些地方的牛皮癣，一般皮肤会比较薄而且敏感，因此如果经常搽上含有高量类固醇的的药膏的话，将会造成无法弥补的副作用，例如形成难看的粉红色萎缩纹，皮肤容易淤伤及受到感染。有很多不幸的案例就是因为一些违例的药剂店，在病人没有获得医生开出药单的情况下，就擅自售卖药性很强的类固醇给病人，或者是病人在亲友的推荐下搽用含高类固醇的药膏，导致病情恶化。为此，大马皮肤病学学会正在跟卫生部探讨，确保病人只能够在医生认可的情况下，才能使用药性很强的类固醇。这是要确保病人不会因为不适当的治疗，而导致病情恶化。希望这篇文章的刊登，能够让民众更加了解，自行使用药性很强的类固醇药膏所带来的危险。

### 在患处涂搽药物的局部治疗

一般上，如果病人的牛皮癣程度不超过身体表面面积的百分之 5 到 10, 那么最好的方法就是采用药膏，药油或者乳液涂搽在患处。一般的指引是，百分之一的身体表面面积就相等于是于一个手掌那么大。

牛皮癣患者由于皮肤的增加及繁殖，导致死皮累积在皮肤表面，形成厚厚的鳞状。而最有效的治疗方法，不管是涂搽或者服食药物，就是减少皮肤细胞的繁殖以及去除皮肤表层的死皮。已经获得验证及证明有效的药物包括 coal tar (煤焦油)和 anthranols. 不过这两种药物比较难处理而且含有赫色的色剂，因此可能会加深患者的自卑感。而另一些比较能让人接受以及有促进仪表功能的药物包括类固醇霜，维他命 D 代用品以及 calcineurin 抑制剂。维他命 D 代用品和 calcineurin 抑制剂的价格比类固醇霜昂贵，但是却比较安全。

患有牛皮癣的皮肤一般上会比较干燥，而采用丙三醇，含有尿素及其他湿润剂的药物来涂搽，将能解除疼痛，而如果再配上角质溶化剂(keratolytics)一起使用的话，将使牛皮癣的损伤加速复原，因为角质溶化剂可以软化以及帮助皮肤的死皮层脱落。



## **Dermatological Society of Malaysia** **Persatuan Dermatologi Malaysia (PDM)**

### **有规律的服食药物治疗法**

一旦牛皮癣的患处超过了身体表面面积的百分之 10，那么单单依靠涂搽药膏来控制病情是不实际的。这是因为，如果身体大部分地方都被牛皮癣感染，而要将药物搽抹在身体上，相信最少也要耗费半个小时的时间，这样的做法是不实际的。因此在这种情况下，最好的方法就是采用服食或者注射药物的治疗法。

很多服食及注射的药物能有效减少皮肤细胞的繁殖，例如氨甲碟呤 (methotrexate), 羟基尿(hydroxyurea),类维他命 A(retinoids).不过，还有很多其他的药物，以更基本的方法来抑制不正常白细胞(T 细胞)的活动，或者将 T 细胞发炎的化学物消除(例如 TNF a)例如 cyclosporine 以及 或者在马来西亚使用的新改良生物药剂。

这些服食的药品，如果使用适当，不论是单一或者一起服食，就算是非常严重的牛皮癣，都能够获得有效的控制。不过，这些药剂必须 获得非常有经验的医生的认可，才能够服食，因为它们一般上都会造成严重的副作用。例如，患有肝病或胃溃疡的病人是不能食用氨甲碟呤；而已经达到生育年龄的 妇女则不可以食用类维他命 A，因为这可能会导致胎儿畸形；另外患有高血压或肾有问题的病人都不可以食用 cyclosporine.

那么，如果患上严重牛皮癣的人如果有肝病，或者患者是已经达到生育年龄的妇女，或者肾有问题，那么他们应该采用什么治疗法呢？有 3 个选择：第一)服食 salazopyrine，这种方法在亚洲只取得五成的功效， 二)注射生物药剂 以及 第三)进行光线疗法。(参考以下)。

生物药剂是一种革新的疗法。它的安全性比口服药物来得高，而且适合患有肝，肾病及妇女使用，但是由于价格过于昂贵，而只有少数的人承担得起。就算在西方国家,使用这种昂贵的治疗法能够申请报销开支，患者仍然必须证明他们不适合使用传统的口服药物 或者因为口服药物导致肝脏中毒，才能获准使用这种新颖的治疗方法。生物药剂已经证明能够有效控制牛皮癣，尤其是一至三成因为牛皮癣而感染关节炎的病人

### **光线疗法 (PUVA, UVB, Nuvb)**

这是一种采用人造 UV 光线的良好治疗法，除了持续使用有少许的风险会导致非黑色素瘤皮肤癌以外，在某种程度上是不会有严重的副作用。这种风险对亚洲皮肤种类所构成的威胁并不大，特别是比较新颖的光线疗法，例如窄线 UV (Nuvb)，和激光。光线疗法的另一个好处是它的治疗过程干净，绝不污秽难缠，而且治疗



## **Dermatological Society of Malaysia** **Persatuan Dermatologi Malaysia (PDM)**

后病情的好转期长达一年。不过主要的缺点是每星期要去 3 趟光疗中心，为期 2 至 3 个月。而令人振奋的是马来西亚大多数的州属目前都设有光疗单位，为牛皮癣，白斑及反应过敏湿疹等病人提供治疗。

### 替代性治疗

在目前这个讲究医学疗效的时代，任何替代性的疗法必须通过周全临床研究，出示有力的科学证据才能受到肯定。有很多长期患上牛皮癣的病患，为了减轻痛苦往往都希望能在治疗过程中取得突破，甚至期待病情能够完全痊愈，因此不惜向涉及市场营销的江湖郎中求救。有一个事实牛皮癣病患必须接受，那就是，牛皮癣是有遗传因素的，除非人们发明治疗遗传因子的方法，否则牛皮癣是无法完全根治的，就算已经广被接受的死海风土学疗法，也无法带来任何奇迹。

指定的饮食能否改善牛皮癣的病情，至今仍然无法获得证实。无论如何，美国食品及药剂协会所提倡的每天最少吃 5—9 份新鲜的有机产品，一般在提升人们的健康方面，可能会有所帮助。

减压在某种程度上有助于纾缓牛皮癣的病情，因为压力往往是导致牛皮癣病情恶化的其中一个因素。祈祷以及强烈的信念是应对生命中各种波折的力量和泉源。

### 未来的牛皮癣治疗法

人们对不久的将来，有可能为牛皮癣寻找到更安全及更有效的治疗法抱着非常乐观的态度。我们现在对牛皮癣的遗传因子和免疫系统失调等因素都有了更深入的了解。而目前持续不断的研究工作，在寻找有效而又毫无副作用的牛皮癣疗法方面，迟早会有令人喜出望外的良好成果。其实科学家目前正在研究的更小分子，有望在不久以更廉宜的方法综合而成。注意这方面的最新突破。