

《头皮上的雪花片》

庄沁纯医生笔 /

琪琪是个活泼可爱的二十岁姑娘，在母亲的陪同下过来看诊。

"医生，我女儿的头皮屑多得像雪花，随意一转头就掉得一地。她用了好几样抗头皮屑洗发精都不见好转。近几天来这厚皮更是长到额头上去了！"

你也许会问：头皮屑会长到额头上吗？是的，这不是一般的头皮屑，这是牛皮癣。

牛皮癣又称为干疹，是银屑病的俗称。这是一种常见的慢性、复发性的炎症，常经久不愈。许多历史上与现代的名人都有银屑病，如晚清时代的曾国藩等。在古希腊，患上这一种病的人被认为是受到众天神的诅咒。这病也一度被认为是传染病，使银屑病患者寻找工作时阻碍重重。

一般上，人们都把银屑病归类为皮肤病。数十年前，医学界也一度以为银屑病只不过是一种偶尔引起关节炎的皮肤病。但随着越来越多的医学报告出炉，大家才发现银屑病其实是一种"自体免疫系统失调症"，和T细胞有关，而且这炎症影响的远远不仅只于皮肤、头皮、指甲或关节，还和心脏病、糖尿病、胆固醇等问题息息相关。

银屑病有好几种临床表现。最常见的又称为“寻常型银屑病”。寻常型银屑病的特征是在皮肤特别是耳朵之后的头皮、四肢伸侧、背部和腹部长出大小不等的红斑，红斑表面覆盖着银白色的鳞片，红斑的边界清楚，如若刮去鳞屑，皮下会有点状出血。很多人都有局部银屑病，有些人集中在手掌和脚掌，有些人集中在头部，就如之前提到的案例。这一些人的银屑病有可能一辈子都局限在局部，也有扩散的可能。银屑病之所以又称为干疹，是因为大多数时候只要没有细菌感染，银屑病的皮肤表层都是很干燥的。这和急性湿疹初期长小水泡、丘疱疹、渗液等情况是对立的。

导致银屑病加剧的因素有哪一些呢？

一、压力

现代人生活紧张，精神压力大，是银屑病越来越普遍的祸首之一。饮食均衡、多做有氧运动和有规律的生活都能帮助病患的病情达到很好的控制。

二、病菌感染

许多有经验的银屑病患者都发现，发烧感冒等生病或有什么必须动手术等时候，银屑病病情都会恶化。

三、受伤

银屑病偏爱长在受伤的皮肤地区。因此，银屑病患者必须尽量避免刀伤、昆虫动物咬伤和猛烈的瘙痒。

四、荷尔蒙内分泌失调

关于银屑病的事件在青春期后的青年和年长者之间有上升的趋势,但银屑病在怀孕期间有所减缓,却在产后严重化.另一方面,孕妇有可能患上脓疱状牛皮癣.

五、缺钙

六、药物

一些药物的使用不当也会造成银屑病发。一些人因为哮喘、或其它自体免疫系统失调必须服用或注射类固醇，短期高剂量的类固醇在突然停止注射

银屑病的治疗

银屑病至今尚未有一劳永逸的治疗方法。大多数方法只能短期的控制病情，但不能制止往后的复发。积极消除诱发病因、稳定病患的情绪、禁止抽烟喝酒等都是非常重要的。

依照银屑病的类别、影响部位、严重性和每个病人的年龄、性别、生活质量等，皮肤专科医生通过反复试验来寻找最适合病人的疗法。这可以是外敷药物、光疗和口服药物包括 **methotrexate,cyclosporin,retinoid** 和 **biologics**。

银屑病虽然给当事人带来许多困扰，但不妨碍当事人工作、恋爱、结婚、生子、甚至哺乳。很多病患的困扰源自旁人的误解。银屑病是不会传染的。家人、朋友和同事的理解和支持对银屑病病患都非常重要。