

斑块状银屑病的局部治疗

有许多局部治疗可以帮助控制斑块状银屑病。这些包括面霜、软膏、凝胶、乳液、洗发水和泡沫。请了解如何充分利用这些治疗。

1 什么是斑块状银屑病?

斑块状银屑病是一种影响皮肤的自身免疫性疾病。这意味着您的免疫系统会攻击您体内的细胞。在突然发作期间，您可能会出现隆起的红色或银色鳞片状斑块，通常出现在肘部、膝盖、下背部和头皮上。虽然斑块状银屑病无法治愈，但可以通过治疗来清理皮肤或控制病情。

 斑块状银屑病虽然出现在您的皮肤上，但它也会影响您的心情以及您对自己的感觉。

如果您发现斑块状银屑病正在影响您的情绪，您可以与您的全科医生讨论如何获得心理健康帮助或与 **Beyond Blue** 帮助热线的咨询人员交谈 **1300 22 4636**。

2 如何治疗斑块状银屑病?

情绪压力、天气寒冷、皮肤干燥、上呼吸道感染或某些食物和饮料都可能引发斑块状银屑病发作。诱因因人而异，这是为什么没有一刀切的治疗方法的原因之一。

如果您是最近被确诊的，您的医生可能会建议您在皮肤上使用一种或多种治疗方法，例如乳霜或软膏—这些称为局部治疗。

对斑块状银屑病主要有四种局部治疗方法：

 皮质类固醇 (外用类固醇)	 卡泊三醇 (Calcipotriol)	 煤焦油	 水杨酸 (Axit salicylic)
<ul style="list-style-type: none">▶ 这类药物可以减少皮肤炎症。▶ 如果按说明使用，皮肤变薄和其他副作用的风险是非常低的。▶ 如果您连续使用皮质类固醇乳膏或软膏一个多月没有见效，请咨询您的医生。	<ul style="list-style-type: none">▶ 这种人工合成的维生素D能促进健康的皮肤生长。▶ 卡泊三醇与皮质类固醇联合使用可以更有效地治疗银屑病并降低皮肤变薄的风险。	<ul style="list-style-type: none">▶ 此药物能减缓皮肤细胞的生长并减少炎症、瘙痒和皮肤干燥。▶ 使用煤焦油后24小时内，您的皮肤可能更对阳光更敏感，在阳光下要注意防晒。▶ 使用煤焦油时可能清理起来较麻烦。	<ul style="list-style-type: none">▶ 此药物可以软化皮肤中称为角蛋白的蛋白质。它有助于让干燥的鳞状皮肤松弛。▶ 有时这些治疗药物可能需要在专业药房从头配制（混合）。



要问医生的问题

斑块状银屑病患者对某些局部治疗的反应比其他治疗更好。当医生给您开出治疗方法时，请务必与您的医生讨论其好处和可能的风险。以下是您可以提出的一些问题：

1. 为什么我可能会从这种治疗中受益？

有许多治疗斑块状银屑病的方法，因此了解为什么为您选择这种方法很重要。也许它对受疾病影响的身体部位效果很好，或者副作用最少。

2. 我应该使用多少局部治疗药物？

务必与开药的医生核对使用多少局部治疗药物，以及您应该涂药的厚度。请他们将其与硬币或豌豆等物体的大小进行比较，以确保您正确使用它。

3. 如果出现副作用怎么办？

如果您出现麻烦的副作用，请咨询您的医生，他们可以讨论其他选择，例如另一种类型或不同强度的局部治疗、光疗或其他药物。

4. 如何知道这种治疗是否会与我正在使用的其他药物相互作用？

请确保您的医生或药剂师了解您正在为其他疾病使用的任何药物。如果您没有药物清单，您可以从 www.nps.org.au/medicineslist 或使用 MedicineWise 软件打印或下载一份。

访问 NPS MedicineWise 网站 nps.org.au/medicinewiseapp 以了解更多信息，或立即在您的智能手机上下载该软件。

5. 我需要使用这种治疗多长时间，我如何知道它是否有效？

某些治疗药物可能只在您的病情发作的短时间内使用。其他乳膏和软膏可以无限期使用，也可以与医生开的其他药物一起使用。向您的医生或药剂师询问您可以从这种治疗中得到什么，以及您应该何时开始看到疗效。

好的提示

- ✓ 保持皮肤湿润，避免刺激。使用无皂清洁剂，或每天两次清洗并涂抹不含香料的保湿霜（在寒冷干燥的日子里使用更多些）。您可以在沐浴或淋浴后涂抹润肤霜，因为皮肤稍微湿润时吸收会更好。
- ✓ 如果您在面部、生殖器或皮肤皱褶处使用局部治疗药物，请格外小心。向您的医生寻求额外指导以避免皮肤刺激。
- ✓ 斑块状银屑病会随着时间的推移而改变，并且可能并不总是对相同的治疗有反应。如果您的病情没有改善，请务必监测病情并去看医生。

更多信息

有关斑块状银屑病的更多信息，请在澳大利亚皮肤病学院 (Australasian College of Dermatologists) 编写的皮肤信息 A-Z 中查找 'psoriasis' dermcoll.edu.au/a-to-z-of-skin/

在 DermNet 网站 dermnetnz.org 上查找有关斑块状银屑病治疗的详细信息

+ 靶向治疗合作机构

帮助消费者和医疗专业人士就生物类疾病缓解抗风湿药 (bDMARDs) 和其他专业药物做出安全和明智的治疗决定。由澳大利亚政府卫生部通过 Value in Prescribing bDMARDs Program Grant 资助。



THE AUSTRALASIAN COLLEGE
OF DERMATOLOGISTS



Psoriasis Australia
Support Education Awareness
www.psoriasisaustralia.org.au

