

银屑病相关科普知识

▲ 桂林医学院第二附属医院 梁福荣 张银瑜 李梦梅

每年的10月29日是世界银屑病日，是全球银屑病患者的一个特殊节日。因皮肤外观问题，银屑病患者常常会受到周围人的异样眼光。在银屑病日，相关医学组织会在各地举行活动宣传，目的是提高人们对银屑病的正确认识，给予银屑病患者应有重视和尊重。

认识银屑病

银屑病俗称牛皮癣，可见，这是一种非常顽固的皮肤病。医学上是这样定义银屑病的：一种与免疫相关的、慢性的、复发的、炎症性的、系统性的疾病。经常会有人问：这个病皮肤一块红一块白的，又脱皮，会不会传染？我们告诉您，银屑病不会传染。

银屑病的病因与病理

银屑病的病因复杂，包括遗传、免疫、环境和生活方式等多个因素。研究表明，银屑病是一种免疫系统异常疾病，免疫系统的异常激活和炎症反应是银屑病发病的关键。此外，银屑病还受遗传因素的影响，具有家族聚集性。环境因素如感染、创伤、精神压力等也可能诱发或加重银屑病。

银屑病的类型

银屑病可以分为几种类型：寻常型银屑病、关节病型银屑病、脓疱型银屑病、红皮病型银屑病。

大部分银屑病属于寻常型银屑病。其他类型多由寻常型转化而来。

寻常型银屑病 起初表现在皮肤上出现红色小丘疹，逐渐扩展为红色斑块，形状可多种，斑块表面覆盖厚的银白色鳞屑，全身皮肤均可出现，以四肢肘部、膝部、骶尾部最常见，常对称出现。指甲也可受到影响，甲面上可出现像“顶针”一样的小凹陷。患者常有瘙痒感。

关节型银屑病 除皮肤问题外，全身各关节都可能受到损害，可出现关节肿胀和疼痛、活动受限、关节畸形。

红皮病型银屑病 患处皮肤呈弥漫性潮红、肿胀伴有大量的糠状鳞屑，可有发热、淋巴结肿大。

脓疱型银屑病 全身皮肤广泛出现细小密集脓疱，或者局限在掌趾、指端出现小脓疱。

银屑病患者皮肤为什么老是脱皮屑呢？下面我们来了解一下银屑病患者和正常人皮肤的情况：我们的皮肤结构，从表面到里层，依次是表皮—真皮—

皮下，表皮又有4~5层细胞，从表层到下层，依次是：角质层—透明层（部分皮肤有）—颗粒层—棘层—基底层。正常人的皮肤基底层细胞上行分化为角质层细胞并脱落，需要28天，而银屑病患者仅为3~4天。基底层细胞在上移形成角质层细胞这个过程完成时间太短，导致角化过度伴角化不全、毛细血管扩张等等，形成皮肤红斑、大量鳞屑。

目前医学上尚无法根治银屑病，但是通过规范治疗可以控制症状。切勿自行乱用药，导致病情加重或者寻常型银屑病转向其他严重类型的银屑病。

银屑病的治疗

常用治疗方案有：

外用药治疗 注意皮肤保湿，外擦润肤剂，遵医嘱使用外用软膏如：糖皮质激素软膏、维A酸类药物、角质促成剂，定时复诊调整用药种类及用量。

静脉或口服用药 有免疫抑制剂、糖皮质激素类药物，需要医生对疾病类型及病情严重程度进行评估用药。

生物制剂 生物制剂是对细胞因子靶向治疗，近年来生物制剂的使用，对于改善患者症状，取得了较好临床疗效。

物理治疗 可以采用特定波长的紫

外线进行光疗，每周1~2次。

银屑病的日常护理

患者需要做好自我护理：

皮肤护理 做好皮肤基础护理，平时注意使用润肤剂外擦皮肤保湿，促使皮肤屏障修复。

饮食 进食清淡、易消化、营养丰富、低脂肪的食物。

作息 注意休息，避免劳累，养成健康良好的生活习惯、戒烟戒酒。

心理 保持良好心情，避免不良的情绪，避免疾病和皮肤外观问题造成的严重思想负担。

预防 避免受凉感冒、避免感染性疾病。感染也是诱发疾病的因素。

用药 遵医嘱用药，勿自行停药或者调整用药。

结语

本文详细介绍了银屑病的基本知识以及预防措施。银屑病是一种常见皮肤病，对患者皮肤健康和生活质量产生严重影响。通过了解银屑病的基本知识，采取正确的日常护理措施和预防措施，可以有效缓解症状，预防病情恶化，提高患者的生活质量。

腹部超声与肝病诊断

▲ 广西桂林市平乐县人民医院 邓恒

腹部超声检查是常规体检的项目之一，是用超声仪扫描人体腹部，通过仪器发送超声波并接收折返信号加以处理，以显示腹部脏器图像的检查方式。

因为它具有无创、无辐射、可动态重复观察等优势，几乎所有单位每年体检都有腹部超声检查。

检查目的是评估腹部主要器官（肝脏、胆囊、胆管、胰腺、脾脏）状况，发现腹部脏器病变的位置、形态、大小及数目，脏器周边的毗邻关系，尤其是肝胆疾病。

那么，腹部超声检查对肝胆疾病的诊断意义是什么？此次科普就针对这方面内容加以阐述，希望通过科普能够增加公众对腹部超声检查与肝胆疾病诊断的认知。

腹部超声检查前注意事项

饮食注意事项 检查前12小时不能进食油腻食物；若超声检查项目中包括胆囊、胰腺中的任一项，患者应在检查前8小时禁食。

运动注意事项 检查前12小时不能剧烈运动。

用药注意事项 检查前用药方法暂无特殊说明，具体请结合临床医嘱。

告知疾病史 如实告知医生，自身是否有高血压病、糖尿病、乙肝等疾病。

告知手术及特殊检查史 如实告知医生，自身是否曾经有做过手术，是否做过胆

道系统的造影检查、胃肠钡剂透视检查等。

腹部超声检查内容

腹部超声检查主要用于检查肝、胆、胰、脾系统的疾病，如肝脏系统疾病就多用腹部超声检查确诊是否存在恶性/良性肿瘤、或者是否存在肝硬化、肝脓肿；胆道系统疾病则多以腹部超声检查是否出现胆囊炎、胆囊息肉、胆囊结石或胆总管结石等。

除了检查肝胆之外，腹部超声还能用来检查脾脏、胰腺等器官，另外在进行腹部外科手术之后，如果腹腔中有残留积液，也可以通过腹部超声检查进行明确诊断。

对肝胆疾病诊断的意义

腹部超声检查对多种肝胆疾病的诊断，还能用于评估脂肪肝变程度，确定有无病毒或酒精等引起的肝纤维化、肝硬化及肝癌，在明确肝脏大小、形态、边缘包膜完整度、实质内回声均匀程度、肝血管、肝管分布、走向、纹理清晰度、肝脏活动度、包膜状况等均有一定作用。

而腹部超声胆道检查可以清晰显示出胆囊的大小、形态，同时检测是否存在胆囊炎、胆囊息肉、胆囊结石、胆道结石等疾病，对于胆道系统的肿瘤、胆道扩张等也有理想的确诊率。

不同肝胆疾病的超声特征

肝囊肿 描述中出现“肝脏内可探

及大小约……囊性无回声区，界限清，壁光滑，内透声可，后方回声增强，未见明显血流信号”，超声提示中则会表示“肝内囊性无回声，符合肝囊肿声像图改变”。

脂肪肝 描述中出现“肝脏弥漫性增大，外形饱满、被膜光滑，实质回声增强、细密、均匀，后方回声减弱，肝内血管显示不清等”，超声提示中直接为“脂肪肝”。

肝癌 描述为“肝体积增大、形态失常，肝包膜凹凸不平，呈波浪状，于肝左/右叶见一个/多个实性肿块，大小约……形态不规则，边缘不清楚，内部回声不均匀，其周管道结构受压移位，后方回声无变化”，超声提示则指出“肝实性占位病变”。

肝血管瘤 描述为肝形态、大小正常，左/右叶内见单个或多个高回声结节，大小约……，界限清，周边回声强，内回声均匀/不均匀，超声提示中会指出“肝左/右叶实性结节，血管瘤可考虑。”

胆囊结石 描述为“胆囊大小、形态如常，囊壁不厚、尚光整，囊内见大小约……强回声，后伴声影，随体位改变活动”，超声提示中直接为“胆囊结石”。

慢性胆囊炎 描述为“胆囊大小、形态如常，囊壁增厚，毛糙，厚约……囊腔内透声可”，超声

提示中直接为“符合慢性胆囊炎声像图改变”。

结语

腹部超声可以查出的肝胆疾病并不仅仅局限于上述内容，还包括肝局灶性增生、肝硬化、胆囊腺瘤、胆囊壁胆固醇结晶沉积症、胆囊癌等众多疾病。因此，腹部超声对肝胆疾病的确诊、治疗具有非常重要的参考意义。

当感觉到腹部不适、日常生活中出现一些症状，在腹部超声检查中又明确了相应的肝胆疾病后，就需要尽快就医，并尽早接受治疗干预，避免疾病进一步发作恶化。

