



编者按

日前,由中国人体健康科技促进会主办、中国人体健康科技促进会皮肤病专业委员会等联合承办的2024年中国人体健康科技促进会皮肤病学术年会在江苏淮安举办。与会专家围绕皮肤病领域的热点话题、科研进展、指南共识、临床新技术等展开了充分讨论。

为此,本报编辑部邀请参加此次年会的部分专家,围绕银屑病、敏感性皮肤、光敏性皮肤病、寻常性痤疮以及化妆品市场监管等问题进行深入解读,以期向公众呈现科学权威、全面详细的皮肤健康知识和政策进展。

温海:加强管理,银屑病患者也能走出“银”影

●本报记者 陈祎琪

银屑病,俗称牛皮癣,是皮肤科长期以来的一大顽症,不仅发病率高、病程长,而且严重影响患者身心健康和生存质量。多年来,银屑病的发病人数一直在不断增加。银屑病的治疗始终是广受全球关注的重要议题。为进一步了解银屑病的诊疗进展与日常管理,近日,《医学科学报》采访了海军军医大学附属长征医院皮肤科主任医师温海。

生物制剂助力 银屑病疗效“升级”

《医学科学报》:目前,银屑病的发病率有何特点?发病机制是否明确?

温海:我国在1984年开展的大规模流行病学调查显示,银屑病发病率为0.47%,也就是说我国约有六七百万银屑病患者,到现在,实际患者数可能更多。

银屑病的发病率有几个特点。一是人种差异,一般白种人发病率最高,黄种人次之,黑种人发病率最低;二是地区差异,寒冷地区发病率更高,如北欧的冰岛、挪威、我国北方地区等;三是季节差异,大多数银屑病在冬季复发率高,症状易加重,夏季会减轻。

银屑病的发病机制目前尚未明确,但这并不意味着全球在银屑病的基础研究方面毫无进展。一些研究发现,遗传和银屑病存在相关性。大量家族性调查显示,银屑病的家族性发病率较高,父母中若有一方患银屑病,其子女的发病率约为16%,若父母双方皆为银屑病患者,则子女的发病率更高,甚至达50%。

但是,并不能因此就将银屑病称为



温海

遗传病。银屑病患者的子女只是携带了遗传基因,是否发病仍是未知,会受到气候、环境等多种因素的影响。相关研究正在进行中。

《医学科学报》:银屑病的治疗有哪些进展?

温海:银屑病的治疗手段目前大致有5种。第一类是外用药,包括软膏、霜剂等,分为激素类药物和非激素类药物。临床上有一些患者因为了解激素的副作用而拒用一切激素药,其实这是不对的。尤其对斑块状银屑病患者而言,激素类药物是一线用药。非激素类药物包括维生素D₃衍生物等。

第二类是内服药物,包括环孢素A、维甲酸类药物等免疫抑制剂,疗效较好,但也有一定副作用,应在医生指导下应用。

第三类是光疗,即紫外线的应用。患者需要多次照射,具体的照射次数和剂量应遵医嘱。随着技术的发展,市场上已出现家庭用小型光疗仪,但建议患者在医生指导下使用。

第四类是中医药,既有外用也有内服,包括火针、走罐、放血、洗浴(泡温泉)等。

第五类就是最近十几年兴起的生

物制剂,优势是疗效更精准,目前已在临床上广泛应用。我国生物制剂研究相较于国外起步晚,但目前已有仿制和自主研发的生物制剂应用于临床。

对于生物制剂,很多患者都想知道它到底能不能根治银屑病。我经常这么回答我的患者:生物制剂不能根治,需要维持治疗,甚至终生治疗,但是疗效显著优于传统的治疗方法。需要注意的是,生物制剂的疗效也存在个体差异,因此治疗前需要予以评估和筛查。

患者比较关心的另一个问题是生物制剂有副作用吗。我想说没有绝对的安全,患者要根据个人情况,实时观察,定期接受随访。一旦发现问题,比如皮损不再消退、效果不好,血液、肿瘤指标出现问题或出现结核、肝炎等,要及时和医生沟通是否减药、停药或换药。

预防复发 提高生存质量

《医学科学报》:复发是影响银屑病患者生存质量最大的困扰,对此该如何预防?

温海:减少复发,一是尽量避免外伤,摔跤、手术等外伤都可能导致复发。二是避免各种感染、受寒,冬季感冒要及早治疗。三是避免随意停药、减药,治疗不规范是很多病人复发的一大主因。四是戒烟戒酒,烟酒是全球公认的导致银屑病加重和复发的因素。五是合理膳食。门诊病人都很关心饮食上有没有什么需要注意的,其实银屑病患者不需特别忌口,牛羊肉、海鲜、辣椒等都可

以吃,但要注意补充蛋白质,多吃鸡蛋、瘦肉。去年发布的《中国银屑病患者饮食管理指南(2023)》里有非常详细的饮食建议。六是生活规律,保持充足的睡眠,不要熬夜,保持好心情。

如果在遵循以上建议的情况下还是复发了,患者也不要紧张,应及时就医,并与医生分析寻找复发原因,而后主动避免,也能延长复发间隔、减少复发次数。另外,现在正值盛夏,一些反季节银屑病患者要注意避光。

《医学科学报》:我国银屑病诊疗还面临哪些挑战?未来如何“破局”?

温海:我们一直强调规范化治疗,其实就是安全、有效、个体化的治疗。基于多年来的相关医疗教育和互联网的崛起,我国银屑病规范化治疗取得很大进步,但仍存在一些问题,比如基层缺少银屑病专科医生,个别情况下可能出现诊疗误区;边远地区病人享受不到大城市专家教授的优质诊疗服务,易轻信偏方、秘方。

目前没有一个偏方或秘方能完全治愈银屑病,我们呼吁大家不要偏听偏信,防止出现不仅没治好银屑病,还诱发其他问题的情况。另外,要把偏方、秘方和正规中药方剂区分开来。

患者如果出现银屑病疑似症状,应去正规医院咨询专科医生并诊断。一些非典型银屑病在诊断上有一定难度,此时基层医生可以将患者转至上级医院,以免贻误病情。

攻克银屑病是一条漫长的路,未来,我们将在银屑病的发病机制研究和治疗手段研发两方面持续深入“发力”,努力让银屑病患者拥有更好的生存质量。