



白癜风的防治知识

什么叫白癜风?



白癜风是由于原发性皮肤脱色性病交可形成的局限性或泛发性白色斑片。在介绍白癜风之前，首先应了解皮肤的组织结构，这对加深理解白癜风病变是有帮助的。

人体皮肤由表皮、真皮及皮下组织与附属器组成。其中表皮又分为5层，即由深层到皮表分别为基底层、棘细胞层、颗粒层、透明层与角质层。这5层系由两种细胞构成，即角质形成细胞与树枝状细胞。树枝状细胞位于表皮的最底层——基底层。树枝状细胞有3种，其中之一是黑素细胞。黑素细胞能利用酪氨酸，在酪氨酸酶的作用下合成黑色素。

白癜风是由于皮肤和毛囊内的黑素细胞内酪氨酸酶活性减低或消失，导致黑素颗粒(即黑素体)生成的进行性减少或消失而引起的局限性或泛发性脱色素性病变。不过白癜风是一种后天性、原发性皮肤脱失症，而非继发于其他皮肤病之后遗留的脱色素性病变。

白癜风是一种常见病。白癜风的人群发病率有地区、人种肤色的差异。一般肤色越深的人种发病率越高，如在法国、美国等白种人中白癜风发病率不到1%，而印度居民中白癜风发病率则不少于4%，有些地区如非洲曾把白癜风视为地区流行病。黄种人介于黑种与白种人之间。如日本发病率在1.3%—1.9%之间。我国人群中发病率为0.17%—1%。据上海市对11万名居民作皮肤病的调查报道，发现白癜风发病率占调查人数的0.54%。近年来还发现不少幼龄发病者。



白癜风是怎样形成的？

- 白癜风的发病原因目前尚不十分清楚，从发病机制来看，是黑素细胞产生黑色素能力的进行性减少或消失。除黑素细胞外，任何影响黑色素合成的因素如酪氨酸、酪氨酸酶、多巴、氧、铜、锌、紫外线等都可影响黑色素的合成。近年来通过临床、病理、遗传、生理、生化、免疫等方面的研究，对白癜风的发病机制归纳为以下几方面因素：
 - ①精神神经与化学因素。②自身免疫因素。
 - ③黑素细胞自毁因素。④内分泌因素。
 - ⑤自由基损伤因素。⑥表皮氧化应激因素。
 - ⑦酪氨酸、铜离子相对缺乏因素。⑧遗传与感染因素。
- 可见白癜风的发病因素是多方面的，但是也有相当一部分患者查不出任何诱发因素。



白癜风传染吗？

- 白癜风是由于局部皮肤黑色素代谢紊乱而引起的脱色性改变，除了色素减退外，没有其他异常变化。因此，白癜风**没有传染性**。那么，为什么有人认为它是一种传染病，有时甚至与麻风混为一谈呢？这是因为麻风病等一些传染病，也可在皮肤上发生一些类似白癜风样的脱色性损害，故而给人一种错觉，认为这就是白癜风。其实，这些传染病患者中出现的脱色斑，与白癜风患者出现的脱色斑是有所区别的。麻风患者除了有脱色斑外，还伴有浅感觉减退或消失、出汗异常与毳毛脱落等特征，有时还有神经痛与肢体畸形等表现，而白癜风患者没有这些症状。总之，**白癜风与麻风病完全是两码事**，人们毫无必要对白癜风患者持恐惧心理，在生活他们应与健康人享受一样的待遇。



白癜风的诱发因素有哪些？

- **第一、精神性诱发因素**
- 皮肤，是人类内部心理活动的表达器官之一。大量的临床病例证明，精神因素是白癜风发病或病情加重的一个常见的诱因。据临床统计，约有**35%**以上的病例在起病或皮损发展阶段有精神创伤、过度劳累、思虑过度、焦虑悲哀、甚至寝食不安、彻夜不眠、寐则梦扰等精神过度紧张情况。引发精神紧张的因素有车祸、坠空等突发事件，经济纠纷、家庭纠纷、失恋、失业、亲人亡故、升学考试等。情绪反应表现为惊恐、恼怒、焦躁、忧愁、沮丧、悲哀、失眠多梦、思虑过度等。此所谓“因郁致病”。亦有部分病人患白癜风后，担惊受怕、忧心如焚，甚至悲观自卑，失去生活信心，致使病情发展迅速，治疗难以奏效，形成恶性循环，所谓“因病致郁”。



白癜风的诱发因素有哪些？

• 第二、饮食性诱发因素

- **(1)酒与海鲜**，由饮酒或食海鲜导致白癜风发生或加重的病例屡见不鲜。常以过量饮酒或过食海鲜后发病。一些门诊病人能明确指出自己初发病与饮酒、食海鲜的因果关系，一些病人诉说自己每次饮酒或食海鲜后白斑扩大，部分病人反映自己饮酒后仅限于白斑部位瘙痒。一些从事饮食服务行业、司机工作或不能戒酒者，白斑扩展往往很难控制。其病理机制，可能与饮酒影响神经内分泌功能、损伤肝脏、影响蛋白质与锌的吸收合成有关。至于食海鲜可能与引发变态反应、导致免疫失调有关。
- **(2)过量摄入维生素c**：维生素c是还原剂，参与酪氨酸代谢，抑制多巴的氧化，可使皮肤中形成的黑色素还原为无色物质和使黑色素转变为水溶性的胶样物质，从而使黑色素形成减少。维生素c广泛存在于水果、蔬菜及一些植物的叶中。含量丰富的水果包括甜瓜、葡萄柚、木瓜、草莓、柑子、桔子以及西瓜、酸枣。富含维生素c的果汁包括葡萄柚汁和橙汁。有些水果汁是强化了维生素c的，包括苹果汁、酸果汁以及葡萄汁。富含维生素c的蔬菜包括芦笋、花椰菜、圆白菜、菜花、芥菜、辣椒(红的或绿的)、马铃薯、甘薯和西红柿以及西红柿汁。一般来说，带酸味的水果或蔬菜中的维生素c含量普遍较高。我们强调患者对日常含量较大的柑桔、苹果、西红柿类可做必要的限制，但门诊病史搜集中，很少发现因过量摄入食物性维生素c而导致白癜风发病或皮损扩大者，更多的是因过量摄入药物性维生素c，如日常保健性长期内服果味维生素c，或其他疾病治疗中长期大量口服、注射(输液)维生素c。
- **(3)含酚类食物**：多种植物性食物、咖啡、蔬菜、水果含有大量的酚，对黑素细胞具有细胞毒性作用。
- 此外，我们在临床中发现许多挑食、偏食、饮料摄入过多以及肥胖儿患者，病情往往难以控制。



白癜风的诱发因素有哪些？

• 第三、物理性诱发因素

- (1) **日光**：日光中的紫外线(uV)，能激活黑素细胞，表现为单位面积黑素细胞增多，黑素小体生成旺盛、移动加快，尤其以290~380nm的uv激活酪氨酸酶活性的能力最佳，促进黑素小体的生成，同时uv又能抑制存在于皮肤中的巯基，从而激活被抑制的酪氨酸酶的活性。因此，UV是黑素细胞制造的动力。但是过度的日光暴晒，又可导致黑素细胞功能过度亢进，促使其耗损而早期衰退；黑素生成过多，中间产物蓄积，造成黑素细胞的损伤或死亡；晒伤不仅直接使黑素细胞受损，同时，表皮细胞受损，黑素细胞与角朊细胞接触不良，黑素小体不能通过表皮通畅排泄，导致黑素小体阻滞，继发黑素细胞功能衰退；受损的角朊细胞释放多种炎症因子，可直接损伤黑素细胞，抑制黑素的合成；而变性或死亡的黑素细胞，作为抗原，进一步导致抗黑素细胞抗体的产生，诱发免疫功能紊乱，引起白癜风病。正因为如此，白癜风病常发生于旅游、日光浴、晒伤后，且常出现在暴露部位及肤色较深的部位。说明黑素细胞功能活跃的部位或黑素细胞加速合成黑素时，容易使黑素细胞自身破坏。
- (2) **冻伤、烧伤、外伤、手术**：这些因素，不仅能使局部皮肤变白，亦可引起远离部位的白斑，其发生机制考虑为黑素细胞损伤，诱发免疫功能紊乱所致。手术病人常在皮肤切口部位出现白斑。由于机体应激性改变，亦可因神经化学因素或免疫失调而导致散发型、泛发型白癜风病。
- (3) **机械性刺激**：摩擦、压迫、搔抓是白癜风常见的诱发因素，如带眼镜者常在鼻梁两侧和耳部发生白斑；乳罩、内裤、腰带过紧，常在乳房、腹股沟、腰部出现白斑；洗澡用力搓擦，在皮肤擦伤部位出现白斑；小儿因鞋大小松紧不适，在足背、内外踝处发生白斑；蚊虫叮咬或皮肤瘙痒反复搔抓后诱发局部白斑；曾有一位病人练拳击沙袋，两个月后在双手第2~4掌指关节和指间关节发生白斑，由于黑素细胞受损，进一步引起免疫功能失调，或神经末梢受刺激、损伤后的神经化学因素，导致其他部位出现白斑。



白癜风的诱发因素有哪些？

• 第四、化学性诱发因素

- 最多见的仍是接触酚类化合物所致，如焦儿茶酚、对苯二酚、对叔丁酚、苯酚、丁基酚、丁基酸等化学物质可由外界给予诱发白癜风。这类物质对黑素细胞有选择性破坏作用，从而引起色素脱失。
- 主要位于接触部位，如在橡胶、塑料和树脂制造业中，对叔丁酚是一种重要原料，经常带橡胶手套者可引起手部白斑；避孕套可引起男女外生殖器白斑；橡胶月经带可引起女性外阴、会阴部白斑；带眼镜者可引起鼻梁、颧骨和耳部白斑；儿童经常玩塑料玩具者可引起手部白斑，穿塑料鞋者可引起足背、足内外侧缘白斑；外用含有酚类物质的化妆品、祛斑霜可引起面部白斑；摄影师在接触了含有酚类物质的定影液后引起手部白斑；酚和儿茶酚在工业上曾用作杀菌清洁剂，与这类制品接触，亦可引起手部白斑。本类物质不仅引起接触部位白斑，而且可诱发全身其他部位出现白斑，其作用机制考虑有以下因素：①有害物质损伤局部黑素细胞后，可通过神经免疫机制而扩散至其他部位；
- ②有些酚类物可通过呼吸道或皮肤进入体内；多种植物性食物、咖啡、蔬菜、水果亦含有大量的酚，可经消化道进入体内，通过全身作用而引起白癜风。
- 此外，外涂过氧化氢、白降汞软膏；皮质激素局部封闭；经常
- 接触石油、漆、沥青，亦可引起皮肤色素脱失。



白癜风的诱发因素有哪些？

- 第五、炎症性诱发因素
- 包括局部炎症和全身性炎症。局部炎症又包括感染性、非感染性两类。各种细菌、病毒和真菌以及变性、死亡的组织细胞所形成的病理性渗出物，可释放多种抗原物质，引发机体的免疫反应；局部炎症反应中释放的多种炎症介质、细胞因子，均可损伤黑素细胞；黑素细胞诱导生成抗黑素细胞抗体；炎症性皮肤病，因基底细胞液化变性而致黑素细胞脱失引起局部白斑，并进一步引起远隔部位的
- 白斑。一些慢性炎症由于角朊细胞增生，表皮增厚，黑素细胞与角朊细胞接触不良，影响黑素小体的运输和降解，致黑素小体阻滞，继发黑素细胞功能减退或死亡。值得一提的是，临床经常看到一些青少年面部单纯糠疹(白色糠疹)可由继发性色素减退斑(淡白色)进一步转变为色素脱失斑(乳白色或瓷白色)。另外，还有许多儿童虫咬性皮炎搔抓后诱发白癜风病。
- 全身性炎症反应如感冒、发热、咽痛之后不久患白癜风；病毒感染如水痘病不仅可在皮损处引起白斑，而且在皮损之间的正常皮肤上出现白斑。更有一些白癜风患者患水痘、感冒、咽痛后原白
- 斑扩大、土f々多，过敏性皮肤病如湿疹、荨麻疹伴发白癜风可能系免疫系统紊乱所致。



白癜风的诱发因素有哪些？

- 第六、季节因素
- 白癜风与季节有一定的关系。有文献记载，本病春季发病率最高，夏季次之，秋季第三，冬季最低。许多患者常在春季或春末夏初发病或加重。其主要原因与紫外线有关，一方面，春季气候干燥，紫外线穿透性强，到达地面的量多；另一方面，经过冬季，人体对紫外线的适应性又处于较低水平，所以春末夏初发生日光性皮肤病比例增多，同样白癜风的发病率亦增高。在初春发病者，又常与春季期间饮食、作息、情绪波动有关。当然亦不能排除与不同季节的气温、气压、湿度等自然因素影响内环境，引起神经内分泌改变有关。需要指出的是，一些手部白斑的患者常诉其夏季加重，冬季减轻或冬季消失，夏季复发现象，事实上是因不同季节，白斑周围正常的皮肤色素深浅变化而引起白斑与正常肤色的反差发生了改变，形成的视觉误差。



白癜风的诱发因素有哪些？

- 第七、年龄因素
- 青少年发病常与精神因素及免疫失调有关。青春期、月经初期、怀孕或产前后、老年、更年期发病或病情波动，与神经内分泌有关，中青年患者常合并有甲状腺、肝、胃、胰等消化器官疾病，给治疗增加了—定的难度。老年患者组织细胞生理性衰退，皮肤中多巴阳性黑素细胞数目减少，治疗效果较差。尤以更年期妇女，病情往往难以控制，治疗效果更差。但更年期过后的男女患者，对免疫调节剂、活血化瘀中药似较敏感，常可收到—定的疗效。
- 第八、作息不规律因素
- 白癜风的发病，与作息不规律有关。有相当—部分患者，由于职业关系，从事夜间操作或倒班作业；—些从事办公文秘工作者，常在夜间加班加点；此外夜生活丰富的患者，都对白癜风的发病和病情波动以及治疗效果产生明显的影响。可能由于作息不规律，影响生物钟紊乱、神经内分泌失调所致。
- 综上所述，各种外界环境因素，包括社会环境因素和自然环境因素，在白癜风病的发病学上有重要意义。患者在积极治疗的同时，应尽可能分析自己的病情活动规律，发现与自己病情变化相关的环
- 境诱发因素是提高治疗效果，避免病情波动和疾病复发的—个不可忽视的重要环节。从某种意义上讲，发现—种诱发疾病的因素比发现—种有效的治疗方法更有意义。
- 可见，应当注意皮肤防护，避免皮肤受损，发现白斑要积极进行治疗。



白癜风发病与季节有关系吗？

- 白癜风**一年四季**均可发生，多数患者的发病与病情加重是春夏两季，尤其是春、夏两季的更换时期。这一时期春光明媚是旅游的好季节，不少人旅游归来后发生白癜风，新发白斑多数在面部等暴露部位，这提示人们，其发病主要原因与曝晒有关。
- 也常见到很多白癜风患者入夏以后由于阳光的照射，白斑周围的正常皮肤被晒黑或边缘皮肤色素沉着，而白斑处仅发红，没有色素增加，这样白斑与正常皮肤之间的色调看上去反差加大，而被误认为是病情加重，从而引起不必要的紧张。在冬季由于光照强度减弱，以及接触阳光照射的时间短，人们的肤色会逐渐变淡，变淡的皮肤与白斑之间的色差缩小，甚或变为不明显，这样也就容易给人们造成假象，以为是病情减轻、好转而忽视治疗。

白癜风患者宜常食用的食物有哪些？



- (1)蔬菜类：墨菜、马齿苋、茵陈蒿、黑木耳、珊瑚菜、胡萝卜、槐花、花生、豌豆、油菜、茄子、菠菜、蕨菜、发菜、香菇、芸豆、芥菜、茼蒿、紫菜、马铃薯、白菜、香椿芽、芽菜、空心菜、
苔菜、黄瓜、冬笋、南瓜、野菜、芹菜、菱角。
- (2)水果类：香蕉、桃、梨、杏、桑椹、荔枝。
- (3)干果类：花生、腰果、白果、莲子、栗子、西瓜子、南瓜子、松子、葵花子、榛子、核桃仁、红枣、桂圆、杏仁。
- (4)豆类：黑豆、青豆、黄豆、绿豆、豌豆、眉豆、蚕豆、豆芽、豆荚、豇豆、豆制品。
- (5)五谷类：玉米、黑米、小米、大米、粳米、糯米、红米、小麦、高粱、燕麦、麦麸。
- (6)其他：田螺、牡蛎、动物内脏、豆奶粉、黑芝麻。



白癜风患者的饮食禁忌有哪？

- 白癜风的发病是与某些微量元素密切相关的，研究表明白癜风患者的血液和白斑部位，由于缺少某些微量金属元素，而使体内酪氨酸酶活性降低，影响了黑色素的合成代谢，从而产生病变。因此患者应多吃含铜、锌、铁等金属元素较多的食品，使酪氨酸酶活性增强，继而使黑色素合成加快。①平时多吃含有酪氨酸及矿物质的食物，如牛肉、兔肉、猪瘦肉、动物肝脏、蛋类、奶类、萝卜、茄子、冬笋、木耳、海带以及豆制品、花生、黑芝麻、葡萄干、螺、蛤等食物。②胡桃仁500g、黑芝麻300g，磨成泥状，搅匀，贮存备用。每次取50g，倒入500ml豆浆中，煮沸加适量白糖服用，早晚各一次。③花生仁15g、红花1.5g、女贞子15g、冰糖30g。将女贞子打碎，加花生仁、红花、冰糖及水煎汤代茶饮，每日一剂，并吃生花生仁。
- 禁忌食品：①忌食葱、蒜、鱼、虾、羊肉、竹笋、咸菜、辣椒、
- 酒类，不宜吃菠菜，因菠菜含大量草酸，易使患处发痒。②少吃含
- 维生素c多的食物。因维生素c能使血清铜与血清铜氧化酶水平降
- 低，影响酪氨酸酶的活性，干扰皮肤黑色素的合成。



白癜风能至治愈？

- 白癜风能不能治愈是患者、家属及医生共同关心的问题。由于白癜风的病因尚不十分清楚，其发病机制较为复杂，各种诱发因素之间又互相联系、互为影响，治疗是相当困难的。加之各人的年龄、发病部位、健康状况的差异，以及接受治疗的耐心程度不同，疗效存在着明显的差异。此外，各人对治疗的要求也不尽相同，有的希望医生能彻底治好他(她)们的病，有的则仅要求治好暴露部位的白斑，特别是面部白斑，而其他部位的白斑只要不再发展就满足了。一般而言，白斑面积小、病程短者容易治疗，而对于大面积白斑，病程又较长者治疗就较为困难。从目前国内外治疗本病的情况看，大部分白癜风患者经过治疗之后病情不再发展，并有不同程度的好转，完全治愈的病例亦不少见。因此，只要白癜风患者能及时就医，与医生密切配合，耐心治疗，大部分患者的白癜风是可望治好的。白癜风的治疗目的在于：
①激活局部异常的黑素细胞再生黑色素的能力，或刺激黑素细胞的形成，促进其发育及再生，从而产生较多的黑色素。
②阻抑疾病的进行，使其不再继续扩展。
③使皮损周围色素区变淡，边缘模糊不易分辨，以达到某种美容的目的。



治疗白癜风的特色疗法

- 1、光化学疗法
- 补骨脂素联合长波紫外线照射（PUVA）：
大多数学者认为，PUVA能使T细胞和皮肤朗格汉斯细胞数量减少，抑制皮肤炎症反应；还可以刺激生长因子的释放，从而刺激白癜风皮损毛囊内残存的黑素细胞增生、肥大，使皮损处出现色素再生，但具体机制还不清楚。研究证实给予白癜风患者长期的PUVA治疗并不导致光老化，也不增加皮肤癌的风险。



- 2、激光治疗
- **308nm准分子激光**：为最新的白癜风光疗法，其作用机制可能与其光生物学作用以及诱导T细胞凋亡，和刺激相关细胞因子的产生有关。与**UVB**相比，**308 nm准分子激光**具有单色性和连贯性等特殊的光生物学性质。在相同能量下，**308nm准分子激光**比**NB-UVB**能诱导更多体外培养的T细胞凋亡，治疗白癜风显效更快，复色更完全。**Spencer**等报道白癜风皮损经过至少**6次氩激光**照射后复色面积达**57%**，如照射**12次**复色率可达**82%**。



- **3、免疫调节剂**

- **他克莫司**：他克莫司又名**FK506**,是一种具有免疫活性的大环内酯类抗生素,有很强的免疫抑制作用,**T**淋巴细胞是其作用的主要靶细胞,他克莫司是通过与胞内的**FK**结合蛋白结合形成复合物,进而抑制细胞增殖的信号传导通道而抑制**T**淋巴细胞的免疫活性。而白癜风的发病与**T**细胞免疫功能异常亢进有关。此外他克莫司还能抑制多种炎症因子的释放。他克莫司不良反应少,是儿童白癜风用药和一些敏感部位如眼睑等的较佳选择。用**0.1%**他克莫司软膏对**15**例白癜风患者进行了为期**9**个月的治疗,每日**2**次。发现在光暴露部位如头、颈部疗效最好,肤色较黑者效果较好。



- 4、糖皮质类固醇激素
- 治疗白癜风的作用机理目前尚不清楚，但白癜风的发病机理与免疫反应有关，应用糖皮质类固醇激素有可能增强对黑素细胞的保护，抑制黑素细胞**HLA-DR**抗原引发的免疫细胞浸润和炎症介质的释放,阻抑病情的发展，激活黑素细胞，使色素再生。



- **5. 移植治疗**
- 移植治疗，适用于治疗对**PUVA**和皮质类固醇治疗无效的稳定期或节段型白癜风患者，对非手术疗法不敏感的皮损如唇、手足、手指及生殖器部位也可采用自体移植法。进展期白癜风及瘢痕体质者禁用。
- **6、其他疗法**
- **前列腺素E2(PGE2)**：其作用机理为**PGE2**刺激黑素小体的成熟，促进黑素细胞树突的成熟。将**PGE2**加入黑素细胞培养液中，用电镜观察发现**PGE2**有刺激黑素小体和黑素细胞树突成熟的作用。



独具特色新疗法

- 成都西部白癜风治疗中心专家组经过多年潜心研究，通过对人体皮肤生理、人体裂、生化、遗传、免疫、分子生物和细胞分裂、周期的变化等多项研究，发现造成皮肤色素脱色的根源是由于自身免疫系统受损、神经因子异变，内分泌系统及新陈代谢功能紊乱，活性酶系统受到抑制，黑色素细胞不同程度的功能障碍而造成黑色的颗粒生成和黑化过程。经过我院白癜风专家组不断钻研探索，针对白癜风的病理，创建了独具特色的系列新疗法。



新疗法介绍

- 一、中医中药疗法：采用来自高山无污染天然的中草药，经过专业组合配方研制而成的系列中药组方，针对治疗各种原因引起的白癜风病取得了显著的效果，开辟了中药治疗白癜风的新途径。其中部分组方已通过卫生部门、国家中医药管理部门的认证，并推广应用。
- 二、黑色素细胞再生术疗法：引进国际领先的新一代**BY-IIGM**白癜风治疗仪，对治疗稳定期白癜风患者，疗效确切，方法简单，达到国际领先水平；
- 三、紫外光疗法：全国首家引进德国原装大型全身、局部**311**窄谱**uvb**治疗仪，给患者带来更高效、更安全的治疗效果，也是目前治疗白癜风的顶级设备。
- 四、中药浴熏疗法：中药浴熏疗法是一种外治疗法，也称“皮肤给药”，有内服药物所不能发挥的医疗作用，由于该设备费用高、占地面积大、治疗费用低，所以是目前在全国各大医院很少开展的新疗法。



新疗法功效

- 该系列疗法达到疏肝补肾、化瘀通络、调节气血、恢复脏腑、并能够迅速地渗透细胞壁膜，从而激活色素细胞、恢复色素细胞的正常的生理代谢功能，改善血液循环，调解血粘度，同时该系列疗法激活真皮酪氨酸酶的活力，促进催化黑素合成，使黑色素细胞获得新生，从而在短期内祛除白斑。



先进设备

细胞移植机 →



← SS-01B型紫外线光疗仪



希格玛光疗仪 →



← 308nm准分子激光





给白癜风患者忠告

- 主要强调三点：
 - 一、要从心理上特别注意调整，有一个良好的心态。
 - 二、得了白癜风不要紧张，要及早治疗。
 - 三、在饮食方面，要荤素搭配适当，适当吃牛奶、蛋、肝、蔬菜、豆类等一些新鲜的食物。