

## 痤疮，青春期的烦恼

痤疮，英文名 acne，是毛囊皮脂腺单位的一种慢性炎症性皮肤病。多发于青春期男女，对患者的心理和社交影响很大。临床以面部的粉刺、丘疹、脓疱、结节等多形性皮损为主要表现。根据 Bupa UK 统计资料，英国 11-30 岁的青少年每 10 人中有 8 人患过痤疮，其中以 14-19 岁最多。此外，25-40 岁成年人亦可患病。

痤疮的发生主要与皮脂分泌过多、毛囊皮脂腺导管堵塞、细菌感染和炎症反应等因素密切相关。进入青春期后人体内雄激素特别是睾酮的水平迅速升高，促进皮脂腺发育并产生大量皮脂。同时毛囊皮脂腺导管的角化异常造成导管堵塞，皮脂排出障碍，形成角质栓即微粉刺。毛囊中多种微生物尤其是痤疮丙酸杆菌大量繁殖，痤疮丙酸杆菌产生的脂酶分解皮脂生成游离脂肪酸，同时趋化炎症细胞和介质，最终诱导并加重炎症反应。

皮损好发于面部及上胸背部。痤疮的非炎症性皮损表现为开放性和闭合性粉刺。闭合性粉刺（又称白头）的典型皮损是约 1 毫米大小的肤色丘疹，无明显毛囊开口。开放性粉刺（又称黑头）表现为圆顶状丘疹伴显著扩张的毛囊开口。粉刺进一步发展会演变成各种炎症性皮损，表现为炎性丘疹、脓疱、结节和囊肿。炎性丘疹呈红色，直径 1~5 毫米不等；脓疱大小一致，其中充满了白色脓液；结节直径大于 5 毫米，触之有硬结和疼痛感；囊肿的位置更深，充满了脓液和血液的混合物。这些皮损还可融合形成大的炎性斑块和窦道等。炎症性皮损消退后常常遗留色素沉着、持久性红斑、凹陷性或肥厚性瘢痕。

痤疮属中医学‘肺风粉刺’或称‘粉刺’范畴。本人使用自拟验方“粉刺清”口服；外用苦参 60 克，石菖蒲 30 克，煎汤熏洗患处，每日一次，疗效满意。如配合针灸治疗，效果更佳。针灸一般每周一次，6 周为一疗程。同时，建议患者每日一到两次温水洗脸，清洁皮肤。忌用手挤压或搔抓皮损。忌用油脂类、粉类化妆品和含有糖皮质激素的软膏及霜剂。西医外用药也可作为辅助治疗，如维 A 酸类（维 A 酸乳膏、阿达帕林凝胶、他扎罗汀凝胶）、过氧化苯甲酰、抗生素类（克林霉素、红霉素、氯霉素等）、壬二酸、硫磺洗剂等。对于不能耐受药物治疗的患者，还可考虑物理治疗，如光动力疗法（PDT）、果酸疗法、激光治疗等。

简介：张恩勤教授，英国中医药学会和英国皇家医学会资深会员，英国中医学院院长。曾主编世界第一套【英汉对照中医文库】14 本等。善治疑难病症。网页：[www.uacm.co.uk](http://www.uacm.co.uk)

行医地址：英国中医学院国王十字街专家门诊，255 Gray's Inn Road, London WC1X 8QT

电话：[020 3509 9050](tel:02035099050) 或 07846193488

