

湿疹怎么治？中西医结合有妙招！

邓君慧

成都市新津区中医医院 四川成都 611430

湿疹，这个听起来就让人头疼的词，实际上是一种相当普遍且顽固的皮肤炎症。它不仅让人瘙痒难耐，还可能影响外观，让人心生烦恼。那么，湿疹究竟怎么治呢？中西医结合，或许能找到一些意想不到的妙招！

一、湿疹究竟是什么？

湿疹(eczema)是由多种内、外因素引起的真皮浅层及表皮炎症,临床上急性期皮损以丘疱疹为主,有渗出倾向,慢性期以苔藓样变为主，它不仅让患者痛苦不堪，还可能反复发作，严重影响生活质量。

二、西医视角下的湿疹治疗

在西医看来，湿疹的治疗主要集中在以下几个方面：

- 抗炎症：使用抗炎症药是西医治疗湿疹的常规手段。这类药物可以有效减轻皮肤炎症，缓解红肿和瘙痒的症状。
- 免疫抑制剂：对于较为严重的湿疹，医生可能会推荐使用免疫抑制剂。这类药物通过抑制免疫系统的过度反应，来减轻湿疹症状。
- 保湿治疗：保持皮肤湿润对于湿疹患者来说至关重要。西医通常会推荐使用保湿霜或乳液，以减少皮肤干燥和脱屑。
- 光疗：在某些情况下，医生可能会采用光疗，即利用特定波长的光线照射皮肤，来改善湿疹症状。

三、中医视角下的湿疹治疗

中医对湿疹的治疗也有其独特的见解和方法：

- 辨证施治：中医认为湿疹是由湿热、血虚、脾虚等多种因素引起的。因此，治疗时需要根据患者的具体症状进行辨证施治。
- 中药治疗：中药在湿疹治疗中扮演着重要角色。常用的中药有黄柏、苦参、地肤子等，它们具有清热燥湿、止痒的功效。
- 针灸疗法：针灸也是中医治疗湿疹的一种有效方法。通过刺激特定的穴位，可以调节身体的气血运行，从而缓解湿疹症状。
- 饮食调理：中医认为，饮食与湿疹的发病密切相关。因此，在治疗过程中，医生会建议患者避免食用辛辣、刺激性食物，多吃具有清热解毒、养血润燥的食物。

四、中西医结合的湿疹治疗妙招

中西医结合，可以说是治疗湿疹的一大妙招。那么，具体该怎么做呢？

1. 内外兼治：

l 内服中药：根据患者体质和症状，开具个性化的中药方剂，以调理身体内部环境。

l 外用西药：使用抗炎、免疫抑制剂等西药，直接作用于皮肤，减轻炎症和瘙痒。

2. 针药并用：

l 针灸治疗：通过针灸调节气血运行，缓解湿疹症状。

l 药物敷贴：将具有清热燥湿、止痒功效的中药制成敷贴，贴于患处，以加强治疗效果。

3. 饮食与生活调理：

来源期刊



中国期刊网

暂 无 封 面

健康世界

2024年14期

相关推荐

同分类资源

更多

- [\[基础医学\]](#) 优质服务模式应用于门诊护理管..
- [\[基础医学\]](#) 政工干部如何在医院人事管理工..
- [\[基础医学\]](#) 如何做好胃肠镜检查的术前准备
- [\[基础医学\]](#) 护理干预对提高胃肠镜检查合格..
- [\[基础医学\]](#) 房颤合并心力衰竭患者心脏结构..
- [\[基础医学\]](#) 基于脆弱性分析的风险护理模式..
- [\[基础医学\]](#) 环泊酚用于妇科宫腔镜手术全身..
- [\[基础医学\]](#) 调神助育：靳三针疗法治疗男性..
- [\[基础医学\]](#) 老年慢性病多病共患患者药物相..
- [\[基础医学\]](#) 正念认知干预对青少年抑郁障碍..

相关关键词



I 饮食指导：建议患者多吃具有清热解毒、养血润燥的食物，如绿豆、红枣、百合、莲子等。

I 生活习惯调整：保持充足的睡眠，避免熬夜；适当运动，增强体质；注意个人卫生，保持皮肤清洁干燥。

4. 心理干预：

I 心理疏导：湿疹的反复发作和瘙痒难耐往往会让患者感到焦虑、烦躁。因此，心理干预也是治疗湿疹的重要一环。医生可以通过与患者沟通，帮助他们缓解心理压力，树立战胜疾病的信心。

I 放松训练：教会患者一些放松技巧，如深呼吸、冥想等，以减轻紧张和焦虑情绪。

五、湿疹治疗的注意事项

在治疗湿疹的过程中，还需要注意以下几点：

1. 避免过度清洁：虽然保持皮肤清洁很重要，但过度清洁可能会破坏皮肤的天然屏障，加重湿疹症状。因此，建议湿疹患者使用温和的清洁产品，并避免过度搓洗。

2. 避免刺激：湿疹患者的皮肤往往比较敏感，因此要避免接触刺激性物质，如化学物质、香料、染料等。

3. 注意保湿：保持皮肤湿润对于湿疹患者来说至关重要。建议每天多次使用保湿霜或乳液，特别是在洗澡后和睡前。

4. 避免抓挠：湿疹引起的瘙痒往往让人难以忍受，但抓挠只会加重症状。因此，患者要尽量避免抓挠患处，可以通过轻轻拍打或使用冷敷等方法来缓解瘙痒。

5. 遵循医嘱：在治疗湿疹的过程中，患者一定要遵循医生的医嘱，按时服药、涂药，并定期复诊。同时，也要注意观察自己的症状变化，及时向医生反馈。

总结

湿疹虽然是一种顽固的皮肤炎症，但通过中西医结合的治疗方法，我们可以找到一些有效的妙招来应对它。在治疗过程中，我们不仅要关注皮肤的炎症和瘙痒症状，还要注重调理身体内部环境、改善生活习惯和心理状态。只有这样，我们才能更好地战胜湿疹这个“顽固分子”。

同系列内容

1	心跳骤停怎么办？急诊心肺复苏全解析	270	2024-09
2	门脉高压症：认识这一肝脏疾病的严重后果	250	2024-09
3	湿疹怎么治？中西医结合有妙招！	260	2024-09
4	学龄前儿童营养状况分析	264	2024-09
5	尿毒症重生之旅：血液净化的力量	244	2024-09
6	急救中的“黄金四分钟”指的是什么？	506	2024-09
7	肿瘤治疗多样化：从传统到创新	278	2024-09
8	老年性耳聋可预防，听力保健从现在做起！	262	2024-09
9	透析后的小贴士：吃喝拉撒怎么管？	284	2024-09
10	静脉炎：预防与处理都重要	254	2024-09

查看全部

关于我们

期刊网介绍
服务条款
知识产权声明
联系我们

特色服务

学术通
定制服务
广告合作
友情链接

期刊合作

期刊合作
合作流程
商务合作
广告服务

产品服务

期刊大全
论文中心
期刊检索
论文检索

客服电话：400-889-0263

客服QQ：00000000 琼网文【2021】1550-113号

增值电信业务经营许可证：琼B2-20210322

出版物经营许可证：新出发龙华出字第(2021)009号

广播电视节目制作经营许可证：(琼)字第00779号

