

皮肤白斑的中医治疗

秦 英 刘 瑞

青铜峡市中医医院 宁夏 吴忠 751600

摘要：皮肤白斑影响外貌，给患者带来心理压力，中医治疗此症，注重整体调理，以独特理论和手法为患者带来新希望。中医强调内外兼治，通过草药调理气血，改善局部血液循环，促进黑色素生成。然而，中医治疗也面临挑战，如个体差异大，疗效难以保证；中药作用机制复杂，需深入研究；因此，我们需在实践中不断探索，完善治疗方法，为患者提供更多有效且安全的中医治疗方案。

关键词：皮肤白斑；中医治疗；问题，措施

引言：皮肤白斑，一种皮肤表面出现的色素脱失现象，可发生于任何部位和任何年龄，其具体成因迄今仍不完全明确。本文不仅概述了皮肤白斑的定义，还深入探讨了中医治疗这一病症时所面临的主要问题及其多样的治疗方法；在治疗手段上，中医采用了药物治疗、外治法、针灸、饮食调理、精神与情志调养以及生活起居调整等多种方法。中医治疗的核心理念在于整体观念和个体化治疗，力求通过全方位的综合调理来改善患者的体质，从而促进白斑的消退和患者的全面康复。

1 皮肤白斑的概述

皮肤白斑是指皮肤表面出现的大小不等、形态各异的局限性或泛发性色素脱失斑；这种白斑可发生于身体的任何部位，包括面部、四肢、躯干和生殖器，且可能出现在任何年龄阶段。白斑的边界通常清楚，触之不高出皮面，有时这些斑块可能会扩大或融合在一起，导致大面积的皮肤变白，皮肤白斑的具体原因尚不完全清楚，但可能与遗传因素、自身免疫问题、环境因素等多种因素有关。例如，白癜风就是引起局部皮肤出现白斑的一种常见病因。体癣、湿疹、玫瑰糠疹等皮肤病也可能导致皮肤出现白斑，皮肤白斑本身通常不会引起其他身体健康问题，但对患者的外观和心理健康可能会产生负面影响。对于皮肤白斑的治疗，除了药物治疗、光疗、局部治疗等医学手段外，还应关注患者的心理状况，提供必要的心理支持，患者在发现皮肤白斑后，应积极到皮肤科门诊进行检查，保持局部皮肤的清洁卫生，避免使用刺激性强的清洁用品^[1]。

2 皮肤白斑的中医治疗存在的主要问题

2.1 治疗周期长

中医治疗皮肤白斑的周期长，这背后蕴含着深厚的中医哲学和治疗理念，中医看待疾病，从来都不是孤立的看待病症本身，而是将其放入一个更宏大的生命体系

中去理解和治疗。白斑，这一看似仅仅是皮肤表层的问题，在中医眼中，却是身体内部环境失衡的外部表现；阴阳失衡、气血不和、脏腑功能失调，这些看似深奥的中医术语，实际上是中医在探寻白斑根本原因时所关注的重点。为了找到这些失衡和失调的具体所在，中医需要细致地观察和诊断，这自然需要时间；再者，中医治疗强调个体化，每一位患者都是一个独特的生命体，其体质、病情、生活习惯都各不相同。中医不能简单地给予通用的治疗方案，而是需要根据每位患者的具体情况进行深思熟虑，量身定制治疗方案，这种精细化的治疗方式，虽然能够确保治疗的针对性和效果，但也无疑增加了治疗的复杂性和时间成本。

2.2 外用药的致敏性

外用药物在中医治疗皮肤白斑中占据着举足轻重的地位，以补骨脂酊为例，其深受患者信赖，为众多白斑患者带来了希望的曙光，有效减轻了他们的病情。然而，正如硬币有两面，这些药物在发挥治疗作用的同时，也隐藏着一定的致敏风险，这种风险并非空穴来风，而是与药物中的某些成分息息相关。尽管这些成分在治疗中起到了关键作用，但它们也可能成为潜在的过敏原，当这些成分与患者的皮肤紧密接触后，有时可能会引发皮肤的不适反应，打破其原有的生理平衡状态。对于皮肤本就敏感或过敏体质的患者来说，这种风险尤为突出，他们可能对某些药物成分更为敏感，因此在使用这些药物时需要格外小心。过敏反应一旦发生，皮肤可能会出现发红、肿胀、瘙痒等症状，不仅影响了患者的日常生活质量，还可能对他们的心理健康造成不良影响。

2.3 个体差异大

中医治疗皮肤白斑时强调的个体差异大，主要体现在两个方面：一是体质差异，二是病情差异；体质差异是指每个人的身体状况、生理机能、免疫系统等都存

在不同程度的差异,这些差异会影响到患者对药物的反应、对疗法的耐受度以及疾病的恢复速度等,病情差异则是指每个患者的白斑症状、病因、病程等都可能不同。例如,有些患者的白斑可能只是局限在某一部位,而有些患者的白斑则可能遍布全身;有些患者的白斑可能由单一的病因引起,而有些患者的白斑则可能由多种因素共同作用而形成。这些病情上的差异要求医生在治疗时能够因人而异、因病而异,制定出具有针对性的治疗方案;然而,这种高度个体化的治疗方式也会增加治疗的不确定性和难度。患者可能会因为对治疗方案的不理解或不信任而产生疑虑或抵触情绪。

3 皮肤白斑的中医治疗方法

3.1 药物治疗

皮肤白斑的中医药物治疗是一个精细而个体化的过程,它强调整体观念与辨证施治的原则,中药内服是根据每位患者的白斑病情、发展阶段、体质特点,甚至是所处的地理环境和季节气候来进行综合考量的。医生会根据望、闻、问、切四诊所得的信息,制定一个个性化的治疗方案,这些方案中的中药方剂,通常融合了补益肝肾、活血化瘀、祛风除湿等药材,以达到调理机体内部环境、增强免疫功能、促进血液循环和新陈代谢等多重效果。通过这种方式,中医治疗不仅关注白斑的表面现象,更致力于解决导致白斑出现的根本原因,如内分泌失调、免疫力下降、气血不足等。而外用药物则是直接作用于皮肤白斑部位,起到更为直接和迅速的治疗效果,例如前文所提到的补骨脂酊,它是一种常见的外用药物,含有能够促进黑色素细胞再生和活性的成分,通过定期涂抹,这些药物能够逐渐改善白斑区域的色泽,使之与周围皮肤更加协调^[2]。然而,正如前面所强调的,使用这些药物时必须十分小心,因为它们的刺激性成分可能引起一些患者的皮肤过敏反应,如红肿、瘙痒甚至皮肤破损;因此,在使用之前进行皮肤测试和详细的过敏史询问是必不可少的步骤。

3.2 外治法

外治法在中医治疗皮肤白斑中占有重要地位,其中中药熏蒸和中药外敷是两种常用的治疗方法,中药熏蒸法是一种通过药物蒸汽作用于皮肤的治疗方法。在熏蒸过程中,选用的中药多具有温通经络、活血化瘀的功效;当这些药物被加热后,其有效成分会随着蒸汽的升腾而直接作用于皮肤表面,进而渗透到皮肤深层。这种方法不仅能够促进白斑局部的血液循环,加速新陈代谢,还能有效促进皮肤对药物成分的吸收,从而达到消退白斑的目的,与熏蒸法相比,中药外敷法更为简便易

行。外敷所用的中药多被制成膏剂、散剂等剂型,这些剂型易于保存和使用,患者只需将药物外敷于白斑处,即可起到直接的治疗作用。这种方法特别适用于白斑面积较小、病情较轻的患者,由于外敷法操作简便,患者甚至可以在家中自行进行,这大大增加了治疗的便利性和患者的依从性。然而,无论是熏蒸法还是外敷法,都需要在专业医生的指导下进行,这是因为不同患者的体质和病情各不相同,所选用的药物和治疗方法也需因人而异。此外,外治法虽然能够直接作用于白斑处,但要想根治白斑,还需结合内治法,从整体上调理患者的身体环境。

3.3 针灸疗法

针灸作为中医的瑰宝,已有数千年的历史,在皮肤白斑的治疗中,针灸疗法展现出了其独特的优势;这一方法的核心在于通过刺激身体的特定穴位,以调整人体的阴阳平衡,从而达到治疗疾病的目的。对于皮肤白斑患者,针灸治疗的关键在于选取与皮肤、血液、免疫等密切相关的穴位,当针灸针准确地刺入这些穴位时,能够产生微妙的刺激,进而激发身体的自愈机制。这种刺激有助于改善白斑区域的局部血液循环,使得更多的营养物质和氧气能够输送到这一区域,为黑色素细胞的再生和活性提供了有力的支持,针灸还能够调节身体的免疫功能,增强机体对疾病的抵抗力^[3]。在白斑的形成和发展过程中,免疫系统的异常往往扮演着重要的角色,通过针灸的调节,可以使得免疫系统重新回到一个平衡的状态,从而减少对黑色素细胞的攻击和破坏。除了传统的针灸方法外,还有一些辅助疗法如耳穴压豆、拔罐等,它们同样基于中医的经络和穴位理论,这些方法可以根据患者的具体情况和需要,与针灸疗法相结合,形成一个更为完善的治疗方案。例如,耳穴压豆可以通过刺激耳部的特定穴位,达到调节内分泌、舒缓情绪等效果,有助于白斑的治疗和康复。

3.4 饮食调理

在中医的理论体系中,饮食被视为调理身体、预防和疾病的重要手段;特别是在皮肤白斑的治疗过程中,饮食调理扮演着举足轻重的角色,中医认为,食物不仅为身体提供必要的营养,其性味和功效还能直接影响身体的阴阳平衡和脏腑功能。针对皮肤白斑患者,中医会精心制定一套饮食调理方案,这套方案的核心在于多食用富含维生素C、E及微量元素的食物,维生素C和E是强效的抗氧化剂,能够帮助身体清除自由基,减少氧化应激反应,从而保护皮肤细胞免受损伤。患者被鼓励增加新鲜蔬菜、水果和坚果的摄入量,这些食物不仅营

养丰富,还能提供身体所需的多种维生素和矿物质;例如,柑橘类水果、草莓和绿叶蔬菜都是维生素C的优质来源,而杏仁、核桃等坚果则富含维生素E和锌。然而,饮食调理并非仅仅意味着增加某些食物的摄入,患者需要避免或减少食用那些可能加重病情的食物,辛辣、油腻和刺激性的食物往往会导致身体内部环境失衡,进而影响到皮肤的健康状态。因此,辣椒、大蒜、生姜等辛辣食物,以及油炸食品和含有大量添加剂的加工食品都应被列入“黑名单”。

3.5 精神调养与情志疗法

在中医的视野里,人的精神状态与身体健康之间存在着密切的联系,情志,即人的情感与志向,被视为影响气机运行、脏腑功能和气血调和的重要因素。当情志失调时,比如过度的焦虑、抑郁或愤怒,都可能导致身体的气机紊乱,进而影响到脏腑的正常功能和气血的顺畅运行。在皮肤白斑的治疗过程中,精神调养被赋予了极高的重视,这是因为白斑的出现往往会给患者带来沉重的心理负担,如自卑、焦虑、抑郁等,而这些负面情绪又可能反过来加重病情,形成恶性循环。打破这个恶性循环,从精神层面进行调养,成为了中医治疗白斑不可或缺的一环,为了实现这一目标,医生可能会采用多种情志疗法;心理疏导是其中的一种,通过与患者的深入沟通,帮助他们正视自己的病情,树立战胜疾病的信心^[4]。音乐疗法则是利用音乐的节奏和旋律来调节患者的情绪,使他们在聆听音乐的过程中感受到宁静与放松,冥想也是一种有效的情志疗法。这些情志疗法的目的并不仅仅是缓解患者的负面情绪,更重要的是通过调节情志来调和气机、恢复脏腑功能、促进气血运行,从而为白斑的治疗创造一个有利的内部环境;当患者的精神状态得到改善时,他们的身体也会更加积极地响应治疗,从而加速病情的康复。

3.6 生活起居调整

生活起居的调整在皮肤白斑的治疗过程中占据着不可忽视的地位,中医强调人与自然的和谐共生,认为合

理的生活习惯能够调和身体内外的平衡,有助于疾病的康复。对于皮肤白斑患者而言,保持规律的作息时间是至关重要的,规律的作息不仅有助于调整身体的生物钟,使其更好地适应自然节律,还能保证充足的睡眠,从而为身体的修复和再生提供必要的条件。睡眠不足或质量不佳往往会导致免疫系统的功能下降,进而影响白斑的治疗效果,患者还应注意皮肤的日常护理。清洁是皮肤健康的基础,定期且正确的清洁能够去除皮肤表面的污垢和多余油脂,减少感染的风险,保湿同样重要,适当的保湿能够维持皮肤的水分平衡,防止干燥和皲裂,有助于白斑区域的恢复,避免使用刺激性强的化妆品和护肤品是保护皮肤的另一关键。这些产品中的化学成分可能对皮肤造成刺激,加重病情,在日常生活中,患者还应尽量避免长时间暴露在强烈的阳光下,因为紫外线是皮肤损伤的重要因素,过度暴露可能会加重白斑的症状。

结束语

综上所述,皮肤白斑的中医治疗是一个综合而个体化的过程,需要医生根据患者的具体情况制定针对性的治疗方案。通过药物治疗、外治法、针灸疗法、饮食调理、精神调养与生活起居调整等多方面的综合治疗,中医有望为皮肤白斑患者带来更好的治疗效果和生活质量;也让我们认识到中医治疗中的问题和挑战,积极探索解决之道,以更好地服务于广大患者。

参考文献

- [1]翁清梦.皮肤白斑的中医治疗[J].健康导报:医学版,2019,18(1):93-94.
- [2]张丽莉.中医治疗皮肤白斑的临床分析[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2019(33):265-266.
- [3]马彦苗,张立环,党琼.中西医治疗外阴白斑的研究进展[J].中外医学研究,2023,21(3):162-166.
- [4]陈乐乐,陈曙光,孙坤坤.中医药治疗白癜风的研究进展[J].中国中医基础医学杂志,2022,28(5):822-826.