

# 序

这里写的都是真实的故事。没有大话，没有夸张，没有虚构。它是人生奋斗的轨迹。一名中药西制理论建树人，外科学教授和肿瘤学教授，能在精通西医西药的同时又融汇现代中医中药，不是一件简单、容易的事情。原载(美洲事报)二00四年十二月三十一日

## 话说麻省中医医院：

### 八、痤疮、粉刺、青春痘：同胞三姐妹

刘大卫 医学博士、教授

一名导演在挑选演员时首先考虑的是一张充满活力、令人倾倒的漂亮的脸，其次是布局合理的身材和气质，再次之才是表演技术。因为身材是可以通过修饰而改变的，表演艺术也是可以通过训练和培养得到提高的。一副美丽端庄的面容常常带来人生的转折，在选美舞台上，在演唱艺圈中，在公关商界里，在求职面试时...，都是这样的奇妙。

痤疮是“四大皮肤病”之一。我习称痤疮、粉刺和青春痘为同胞三姐妹，是同一种疾病。英文 acne 译成中文医学术语是痤疮，从文字演绎上来讲，“痤”好比一个人坐在病榻中。从时间概念上来讲，坐（痤）比站要长久，表明这种疾病很难治疗，并且病人对治疗要有耐心才行。痤疮多生在青年男、女的面部，由于其内涵物看上去似些干酪样的坏死物质，俗称粉刺。根据该病的年龄以生长发育旺盛的青年最为多见，人们又习称它为青春痘。

现代医学研究表明痤疮是一种由于内分泌失调所引起的以皮肤病变为特征的内科 - 皮肤科疾病，过去教科书中错误地将其划分为皮肤病。因此，皮肤科医师很少能够治愈这种疾病。痤疮的病理生理过程主要表现为：脸部毛囊上部的角质形成细胞角化异常，严重痤疮患者分泌高水平的皮脂；由于皮脂腺导管上皮过度角化导致皮脂排出不畅，形成临床的粉刺；

毛囊中滞留的皮脂可胀破囊壁，进入周围组织，引发炎症反应，产生痤疮最初的炎性损害；粉刺形成后，痤疮丙酸杆菌等细菌过度繁殖，进一步加重痤疮炎性损害。所以，毛囊皮脂腺导管角栓形成和在此基础上合并感染是痤疮发病的关键。

我们说痤疮不是皮肤病而是一种内分泌失调而引起的疾病是有科学根据的。青春期影响生长发育最重要的是激素，其中包括性激素、肾上腺皮质分泌的雄激素和生长激素。很多人认为女性体内只有雌激素而没有雄激素，其实是错误的。女性在青春期睾酮含量会随着年龄增长与性功能成熟而逐渐上升，雄激素对女性的阴毛、腋毛生长、白带、大阴唇的发育生长有很大影响，并与身高增长密切相关。当人体进入青春发育期，性激素分泌空前活跃，雄激素分泌明显增多，而机体又来不及有效地调节及全面适应时，结果产生痤疮或青春痘。这个原理同样可以解释为什么一些青春痘患者常伴有雄激素过多的其它表现，如多毛、月经紊乱等。随着发育成熟，雄激素水平逐步下降，这时候我们人体的调控和适应能力也得到加强，于是青春痘开始好转直至消失。这就是青春痘好发于青春期的原因，都是雄激素惹的祸。

夏季天气炎热，很多青少年在这个时期痤疮特别明显。医界一般认为青春痘在 30 个以下为一级，31-50 个为中级；50-100 个青春痘加 3 个结疖以下为三级，100 以上青春痘加 3 个以上结疖、囊肿为四级。

我见过 2 个非常特殊的青春痘或痤疮病例。我在广州中山医科大学附属一院工作时，一名 22 岁的高校大三男生小王，两年前已经长了青春痘，当时没有在意。后来脸上的痤疮未能控制竟达 60 多个。他脸上出油很多，有些痘痘红肿疼痛，部分已经形成结疖，脸上坑坑凹凹，不仅影响了他的形象，而且内心极其痛苦，想与学友谈恋爱开不了口。另外一例 South Boston 病人 Mary P，是个餐馆服务生，脸部长有 16 个大痤疮，已在 Boston Medical Center 皮肤科治疗 8 年不愈并诊断为囊性痤疮(cystic acnes)，每个痤疮足有一美分硬币那么大，把我吓了一跳。由于面容受损该病人只能作后台工作。二月前她来本院试验性治疗，

我们应用汤剂调整其内分泌失衡，促进其自身内源性雌激素产生，中和和平衡她体内睾酮男性激素水平，同时应用本院 LDL - 110 中药提取物外敷，获得了惊喜的治疗效果。

那未有人会问，为什么我在十几岁时不长青春痘，而在 30 岁左右才开始长呢？虽然青春痘常常是在青春期开始，但有些人直到成年期后才会发生。其原因是由于有些人服用了避孕药或者患有内分泌紊乱或者由于某些药物副作用所引起的。1999 年 10 月美国皮肤学会统计发现在 25 - 58 岁的成年人中，54% 的女性和 40% 的男性曾患有某种程度的痤疮。

我国女性 52%、男性 49% 都长青春痘，主要发生在 10~30 岁之间的人群，发病高峰期为 15~20 岁，看医生的以女性为多见，但是男性症状比女性严重，这与其体内雄激素分泌过多有关。女性青春痘月经前比月经后多 50%-60%。该病也与职业有关联，与柏油接触多的工作一般长青春痘的比较多。40 多岁的痤疮（一般不称青春痘）患者也可见到，但为数极少。

痤疮的治疗方法虽然很多，但并不系统化，所以痤疮的治疗绝对不是单一方法或药物能解决问题的。广大患者在治疗过程中完全可以证明这一点。因此决不能乱听、乱信、乱用药，这样会越来越重。我在这里把我多年治疗的实践经验告诉大家，这样就不会使广大患者乱花钱，不但治不好，反而在脸上留下严重的疤痕。

痤疮的治疗时间一般较长，多在 1 至 3 个月内治愈。因此一定要有耐心，按医嘱坚持治疗。在治疗过程中，应定期复诊，医生会根据治疗情况，决定是否调整药方，如有不适，请及时向医生或麻省中医医院询问。

（一）从生活习惯上预防痤疮。虽然痤疮也有遗传因素的参与，但是可以从生活习惯上预防的。首先从洗脸开始，一般要用温水洗脸，这样容易清洁油脂，使用一些酸性洗面奶，PH 值小于 5 即可，因为酸性环境不利于细菌的生长与繁殖。有一种含有硫磺的香皂，由于具有杀菌作用还能去掉死皮细胞和油脂，比较适合长痤疮的人使用。千万不要使用含有凡士

林、油脂等化妆品，因为涂在脸上很容易堵塞毛孔，诱发和加重痤疮。另外，尽量避免过度日光照射，因为长痤疮很容易留下疤痕，这样会形成色素沉着。

(二) 在痤疮早期就应开始治疗。痤疮的治疗方面包括全身、局部和理疗三个部分。除了由于其他疾病引起痤疮外，大多数情况下使用局部治疗。使用维甲酸类药品，尤其对白头、黑头粉刺作用明显，作用在于开放导管、减少油脂的分泌，减轻皮脂腺的角化，溶解粉刺中的油脂粒。同时还能加快表皮的新陈代谢和吐故纳新，一般病变表皮在 28 天左右就会褪落。由于此类药物怕光，一般晚上使用，8-12 周后基本就可控制青春痘生长。严重的感染，比如有红肿、发炎的症状可口服抗生素，如四环素、红霉素等。

(三) 皮肤护理和生活保健会促进治愈。可用洁面乳（油性皮肤用硫磺皂），每日温水洗脸两次；最好不用化妆品，它们会因堵塞毛囊口，加重痤疮。我劝告大家切勿因为青春痘去作美容和按摩，更不能用手挤、捏粉刺，抓破一个青春痘就会形成一个疤。同时多食水果蔬菜，少食辛辣、油腻食物，少食甜品如糖果，保持大便通畅。不要用皮质激素类药物如皮炎平和皮康霜等药膏。

(四) 贵在坚持治疗。目前最常用的西药维甲酸类及过氧化苯甲酰外用制剂对大多数痤疮有效，但有时起效较慢，需几个星期效果才明显，因此应有耐心坚持治疗。治疗痤疮的原则是针对上述病因，即减少皮脂过度分泌；纠正毛囊角化，减少导管上皮细胞脱落；抗炎（阻止痤疮丙酸杆菌的繁殖）。减少皮脂过度分泌的药物主要为口服的雌激素（己烯雌酚）、抗雄激素（达因 35、西咪替丁、雷尼替丁）、安体舒通和异维甲酸等。减少导管上皮细胞脱落的药物主要为口服及外用。阻止痤疮丙酸杆菌繁殖的主要为口服四环素、红霉素、米诺环素、强力霉素以及外用红霉素、过氧化苯甲酰等。另外，痤疮的治疗均为对症治疗，由于病因没有去除，停药后痤疮常常还会复发。所谓能在短时间内“根治”痤疮的特效药是不存在的。

口服中药有一定疗效。中医治疗主要以辨证治疗，对症下药为主：（1）清泄肺胃法：适用丘疹性痤疮或脓包性痤疮，痤疮彼此混杂而生，舌质红，苔黄、脉浮数，代表方剂为白虎汤。（2）解毒散结法：适用于脓疱、结节痤疮。舌红、苔薄黄、脉细数。代表方剂为痤疮平。（3）调理冲任法：这实用于女性的经前痤疮，主要“症状”是经前加重，常伴有痛经或瘀块，舌淡红、苔少、脉细涩。方选益母胜金丹合二仙汤。（4）舒肝清热法：适用脓疱或经前痤疮、伴乳胀不适，心烦易怒，脉弦数，舌红、苔黄。选代表方逍遥散。（5）活血散结法：适用于聚合性痤疮和痤疮愈后遗留色素沉着或瘢痕，舌暗红、苔少、脉细数。代表方四物汤加减。

治疗痤疮的外用方法一般是不可取的。特别是含激素一类的外用药，千万不可用。因为一用就轻，不用就重，这样会形成严重的恶性循环。不但治不好，反使患者的皮肤形成了无法弥补的损伤。周嘉南医师把痤疮的治疗作了系统的介绍，但不是每位患者按照上面所讲的办法就能治愈。因为人与人千差万别，痤疮的治疗必须采用内治法才能根治。就目前来讲，西医、西药在痤疮的治疗上并没有较大的进展和很好的根治办法。根据我多年的研究证明，痤疮的治疗最好以中医内治为主，但必须因人而异，并结合外部的有效处理，这都需要医师有相当丰富的专业知识和临床经验。再高级的医师，如果对痤疮没有专门研究过，实践验证过，他也会让你失望的。

痤疮的治疗是个很复杂的过程，目前还没有靠那一种药或单一的方法治愈所有痤疮的。

麻省中医医院的医务人员在总结同行治疗经验的同时，认真钻研痤疮的现代治疗方法。我们与中医研究院广安门医院皮肤科专家合作，自行研制了“痤疮一号”和LDL-110，对于中度和重度痤疮患者有很好疗效，在患者中树立了良好的形象。我们采用独特的内服外敷联合治疗方案已经治疗了多名痤疮病人，获得较好疗效。我们还将这一成果引伸于治疗几例大面积牛皮癣病人，经过3-5个疗程联合用药，80%以上病人都获得了好转。

参考文献：粉刺的治疗。周嘉南，2004。