

中医饮食调护在不同种类银屑病中的应用研究进展

杨春英

贺州市人民医院 广西贺州 542800

【摘要】 在环境因素和遗传因素的作用下,银屑病患者数量正在不断上升。银屑病不仅会引发皮肤不适,还导致营养不良、关节损害、以及内分泌紊乱,严重降低生活质量。本文首先在中医角度分析银屑病与日常饮食之间的关系,后续总结不同类型银屑病患者可以采取的中医调护措施,以期对银屑病患者疾病控制和临床护理提供参考,旨在不断提高预后效果,加快康复进程。

【关键词】 银屑病; 中医; 饮食调护

【中图分类号】 R228

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2025) 02-169-02

银屑病又称牛皮癣,具体是指因为环境因素、免疫介导、多基因遗传控制的皮肤病,临床以联系鳞屑性红斑或者斑块为典型表现,可以发于局部,也可在全身广泛分布^[1-2]。针对该病,西医主要以药物治疗为主,但是因个人体质差异等原因,导致最终治疗效果不佳。为此,逐渐得到发展的中医理论被引入其治疗。中医学认为可以通过饮食调节,控制缓解银屑病发展。目前,国内关于银屑病在中医饮食调护方面的研究内容较少。本文通过现有相关研究文献进行综述,分析发现相关护理要点,对提高银屑病患者生活质量具有重要意义。

1 银屑病的发病机制

银屑病在中医中又被称为“白疔”,其认为该病的发生主要与体质因素和脏腑失调等因素相关^[3]。

在个人体质方面,中医将银屑病可分为血热、血瘀、血虚等证型。血热型银屑病常因情志内伤、饮食不节、过食辛辣厚味、酒类等引起,导致心火亢盛,热毒蕴结于血分,郁于肌肤而发病。血瘀型银屑病则多由气滞血瘀、瘀血内阻,阻滞肌肤,发为白疔。血虚型银屑病则因气血亏虚、阴阳失调,导致肌肤失养,干燥脱屑。另一方面,脏腑失调也是银屑病的重要致病原因之一。中医认为肝主疏泄,肝气郁结,气滞血瘀,郁而化热,毒热内盛,上攻肌肤,以此形成银屑病^[4]。而脾主运化,脾失健运,湿热内生,湿热浸淫肌肤,亦可致病。此外,肾主藏精,肾阴亏虚,阴虚火旺,虚火上炎,肌肤失养,也可导致银屑病的发生。

2 不同类型银屑病患者中医饮食调护措施

本节主要围绕三种常见类型的银屑病,并以“热病忌热”的饮食原则对该病患者的饮食调护进行综述^[5]。

2.1 银屑病血热证患者饮食调护

银屑病血热证患者体内有热毒蕴积,热邪在血分,故表现出皮肤红斑、疼痛和瘙痒加剧,皮损呈鲜红色且有薄痂覆盖症状,部分患者会同时出现暴躁易怒、舌头发红、口中苦涩,小便色黄等症状^[6]。针对此类患者的饮食调护,首要目标是清热凉血,减少热邪对身体的损害。具体措施如下:多食用绿豆、苦瓜、冬瓜和莲藕等具有清热解毒功效食物,其中绿豆可熬成绿豆汤或绿豆粥,每周饮用2-3次;苦瓜可凉拌或

炒食,每周食用3-4次;熬煮冬瓜薏米汤,每周饮用2-3次等。银屑病患者可以选取适量经过干燥处理的槐花苞,通过日常饮用槐花凉茶控制疾病进展。马莉^[7]等人研究中指出经过解毒凉血汤联合刺络放血调护,可明显抑制观察组患者血清CRP和PCT表达,改善T淋巴细胞分布,减轻患者中医症状。唐娟^[8]等研究中表明凉血解毒汤联合窄谱中波紫外线治疗寻常型银屑病血热证具有积极效果,可显著改善患者临床症状以及生活质量,且具有极高的安全性。

2.2 银屑病血瘀证患者饮食调护

《黄帝内经》中提到“血瘀则痹,痹久则转为痛”。因此此类患者常表现出皮肤病变色暗,斑块边缘清晰等症状,且伴有瘙痒或刺痛感,病程较为顽固,其中女性患者同时伴有月经延迟和月经量减少以及经血暗沉^[9]。该类银屑病患者在饮食调护上需坚持活血化瘀原则,具体措施有:多食用具有活血化瘀功效食物,如红花、桃仁、赤小豆、黑木耳和山楂等。具体可以饮用红花茶饮,每日1-2次,每次用量控制在2-3克;将桃仁可与其他食材煮粥,每周食用2-3次。李文倩^[10]等人研究中通过分别对寻常型银屑病患者穴位贴敷护理敷(对照组)和中医辨证施膳护理(观察组),结果显示观察组治疗总有效率、生活质量评分高于对照组,皮损面积评分以及疾病复发率均低于对照组。杜梦绮^[11]研究结果显示经过中医饮食护理和药浴治疗后,银屑病患者疾病症状得到改善,机体负担减轻,预后效果大幅增加。

2.3 银屑病血燥证患者饮食调护

《黄帝内经》所述:“肝血虚,则筋不能得养,故干燥而痿。”点滴状或斑块状淡红色皮损,鳞屑干燥,伴有口干舌燥,舌质较淡,舌苔少或薄白,脉细或细数为血燥证银屑病患者的主要表现。因此,养血润燥是此类银屑病患者需要坚持的饮食调护原则,具体措施如下:可将黑芝麻与大米煮粥,每周食用2-3次,具有补肝肾、润五脏的功效;可直接食用新鲜桑葚或泡水饮用,每日适量食用,能滋阴养血、生津润燥;每周饮用2-3次饮用枸杞泡茶或枸杞红枣汤。此外,还应适当摄入富含优质蛋白食物,如豆腐、鸡蛋和瘦肉等,以增强体质和提高免疫力。在张晓宇^[12]等人的研究中,通过对观察组患者采取解毒凉血汤联合中药药浴护理,显著降低患者血清中的lipocalin-2水平并提高疾病治疗效果。

3 结论

综上所述,依据中医学的四气五味理论,多数水产品和牛羊肉等肉制品均属于银屑病患者饮食禁忌,同时不能忽

作者简介:杨春英(1993.02-),民族:瑶族,籍贯:广西贺州,学历学位:本科,学士学位,职称:主管护师,专业:护理,科室:中医皮肤科,研究方向:中医肛肠、皮肤科病种,饮食护理。

视因为饮食引发的过敏反应对疾病症状的负面影响。此外,不同类型银屑病患者需要根据疾病成因,在医师指导下选择科学的饮食原则,如血热证银屑病患者需要采取清热凉血的饮食调护措施。展望未来,应当结合中医学理论理念,深入明确银屑病与日常饮食之间的关系,以便探索更为个性化和高效性的饮食调护措施,帮助患者恢复健康。

参考文献:

- [1] 中国医师协会皮肤科医师分会, 中华医学会皮肤性病学分会, 空军军医大学西京医院, 等. 中国银屑病患者饮食管理指南(2023)[J]. 中华皮肤科杂志, 2023, 56(5):389-401.
- [2] 刘瑞. 决银颗粒、走罐治疗轻中度斑块型银屑病的疗效观察[D]. 武汉: 湖北中医药大学, 2023.
- [3] 覃美华. 延续性护理干预在银屑病中的研究进展[J]. 自我保健, 2022, 26(10):293-295.
- [4] 夏欢欢. 青鹏软膏治疗寻常型银屑病的效果观察及护理[J]. 中国民族医药杂志, 2023, 29(4):71-73.
- [5] 潘河霖, 王石磊, 张金卫. 从中医角度推荐银屑病患者者的食疗方法[J]. 家庭医学(上半月), 2023(4):40-41.
- [6] 吴飞文, 欧阳萍, 邓芸梦, 等. 五行音乐联合中药药

浴及金黄膏封包在寻常型银屑病(血热证)患者中的应用[J]. 沈阳医学院学报, 2024, 26(1):48-52.

[7] 马莉, 黄咏梅, 王萍. 解毒凉血汤联合刺络放血对寻常型银屑病疗效及患者血清CRP和PCT水平的影响[J]. 西部中医药, 2023, 36(11):127-130.

[8] 唐娟, 费良阅. 凉血解毒汤联合窄谱中波紫外线治疗寻常型银屑病血热证的疗效观察[J]. 中国中西医结合皮肤性病学杂志, 2023, 22(2):157-160.

[9] 王仁丽. 寻常型银屑病患者在日常护理体会[J]. 中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生, 2022(3):119-121.

[10] 李文倩, 陶小娜, 侯熙钰. 穴位贴敷结合中医辨证施膳护理对寻常型银屑病患者临床症状及康复进程的影响[J]. 四川中医, 2023, 41(6):209-212.

[11] 杜梦绮. 探析寻常型银屑病应用中医护理配合中药药浴治疗的临床价值[J]. 中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2023(11):180-183.

[12] 张晓宇, 尹新江, 武幸福, 等. 解毒凉血汤+中药药浴治疗寻常型银屑病血燥证的效果分析[J]. 中国卫生标准管理, 2023, 14(12):145-149.

(上接第167页)

如果负性情绪进一步发展,就会对去甲肾上腺素、多巴胺、促性腺激素分泌产生影响,使得治疗效果不佳。所以,一定要对患者进行心理护理,疏导患者负性情绪,提高妊娠成功率。

在心理护理中,主要包括认知护理、情感护理及其他护理,通过以上护理措施的落实,能够全面改善患者的不良情绪,帮助患者树立积极、乐观的心态,并加强家庭与社会的鼓励与支持,进而主动配合治疗与护理,以此取得良好的治疗效果;同时严格控制患者饮食、运动、休息等情况,以此保证患者得到全面、有效的治疗与护理,实现预期的治疗目标。本文研究结果为:观察组患者护理后焦虑、抑郁评分低于对照组患者,对比差异明显($P < 0.05$);观察组患者妊娠成功率高于对照组患者,对比差异明显($P < 0.05$)。此研究结果与廖光华的文献报道非常相似,数据为:试验组患者治疗后SAS评分(21.3 ± 1.2)分,SDS评分(27.3 ± 1.2)分,低于对照组患者的(56.3 ± 1.7)分、(45.7 ± 1.3)分,组间比较具有统计学差异($P < 0.05$);试验组患者妊娠成功率为61.5%,高于对照组患者的49.2%,两组对比具有统计学差异($P < 0.05$)。通过数据对比分析可知,在辅助生殖中应用心理

护理,可明显提高患者妊娠成功率,减轻患者焦虑、抑郁程度,值得临床全面借鉴与普及。总而言之,心理护理可有效提高辅助生殖中的妊娠成功率,改善患者不良情绪,具有很高的临床应用与推广价值。

参考文献:

- [1] 闫旻. 心理护理在辅助生殖中对妊娠结局的影响[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2022, 16(33):21-22.
- [2] 廖光华. 辅助生殖中心心理护理对不孕症患者妊娠结局的影响[J]. 临床合理用药杂志, 2023, 9(31):89-90.
- [3] 尚雪萍, 王志勇, 卢太坤等. 综合护理干预对人工授精患者妊娠结局的影响[J]. 中国基层医药, 2021, 12(6):940-941, 942.
- [4] 王玉, 张杰, 郭娇等. 心理护理对体外受精及胚胎移植结果的影响研究[J]. 医学美学美容(中旬刊), 2022, 24(6):645-646.
- [5] 洪秀丽. 心理护理在辅助生殖中对妊娠结局的影响探究[J]. 医学理论与实践, 2023, 30(8):1233-1234.

(上接第168页)

3 讨论

作为慢性肾功能减退表现,慢性肾衰竭对患者肾脏损伤极为明显,其病理机制表现在肾小管间质纤维化下出现细胞外基质沉积、聚集问题,若未及时控制治疗,很可能危及患者生命健康。而治疗的关键在于血液透析治疗方法的应用,可使慢性肾衰竭症状得到显著缓解。然而需注意的是,由于大多患者需经过多次血液透析治疗,患者承受的身心压力极大,需在治疗的同时辅以有效的护理干预措施^[2]。

本次研究中发现,心理护理干预后观察组心理状况改善情况明显优于对照组,且护理满意率高于对照组,可说明维持性血液透析患者治疗中心理护理干预措施的应用可取得显

著护理效果。心理护理干预中,护理人员需对慢性肾衰竭疾病知识、血液透析治疗知识充分掌握,除做好心理疏导外,应为患者制定合理的饮食计划,鼓励其多参与社交活动,可使患者心境改善。

综上所述,心理护理干预措施应用于维持性血液透析患者中,对患者心理状态的改善以及良好护患关系形成可起到显著作用,应在护理实践中推广应用。

参考文献:

- [1] 张鹤. 维持性血液透析患者心理护理干预的效果分析[J]. 中国医药指南, 2022, 15(10):270.
- [2] 范荣华. 维持性血液透析患者心理护理干预的效果分析[J]. 世界最新医学信息文摘, 2022, 15(90):234-235.