

<<预防银屑病复发>>

图书基本信息

书名：<<预防银屑病复发>>

13位ISBN编号：9787117143264

10位ISBN编号：7117143266

出版时间：2011-7

出版时间：人民卫生出版社

作者：杨雪琴 编

页数：133

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<预防银屑病复发>>

内容概要

由杨雪琴主编的《预防银屑病复发》紧紧围绕“预防复发”的主题，从基础到临床阐述了预防银屑病复发的可能性、客观目标和具体措施。

《预防银屑病复发》共七篇，前两篇简介银屑病的发病特点和临床特征，帮助患者找到病情复发的原因和诱因，为预防复发奠定理论基础；第三篇阐明预防银屑病复发的根据和事实，第四篇着重在提高认识、培养健康生活方式和自我调理等方面提出预防银屑病复发的措施；第五篇全面回顾银屑病治疗的历史，第六篇提出了综合治疗方案；最后为专家论坛，由3位高级专家撰写预防银屑病复发的理论和实践性论述，把预防银屑病复发的感性经验上升为理论。

本书语言通俗易懂，并附有典型病例分析，所介绍的内容和措施有很好的实用性。

本书的读者以银屑病患者为主，也适合各级医务人员。

本书的主旨对预防银屑病复发和其他慢性病都具有指导意义。

<<预防银屑病复发>>

作者简介

杨雪琴：1942年12月生于江苏省常州市，中共党员，文职将军。
1961年就读于北京医科大学，毕业留校工作，1982年获得硕士学位。
1983年特招到空军总医院。
1992-1994年公费公派赴美国MIAMI大学高访研修，获得美国荣誉访问学者称号。
1993年开始享受国务院特殊津贴，1997年当选为中共十五大代表。
2003年被中国女医师协会评为“巾帼建功模范医师”。

杨雪琴教授有丰富的临床经验和科研能力，已发表论文100余篇，主编和副主编皮肤科专著3部，参编8部。
获得军队科技进步二等奖乙项及北京市科技进步二等奖1项，荣立3等功3次。
现任：空军总医院皮肤科主任医师，第三、第四军医大学博士生导师，全军皮肤科专业委员会主任委员。

<<预防银屑病复发>>

书籍目录

第一篇 银屑病简介

篇首语

一、银屑病的病名来历

1. 银屑病——Psoriasis
2. 银屑病——白疖
3. 银屑病——牛皮癣
4. 银屑病——癣病

二、银屑病流行病学调查

1. 国外银屑病调查简介
2. 国内银屑病调查简介
3. 银屑病与性别和年龄的关系

三、银屑病的临床表现和特征

1. 寻常型银屑病
2. 关节病型银屑病
3. 脓疱型银屑病
4. 红皮病型银屑病
5. 银屑病的临床分期
6. 银屑病的“同形反应”现象
7. 儿童银屑病的特征
8. 老年银屑病的特征

篇后语

第二篇 容易复发的原因

篇首语

一、精神神经因素与银屑病的关系

1. 临床情况和调查分析
2. 实验室相关基础研究

二、物理因素与银屑病的关系

1. 寒冷的气温对银屑病不利
2. 阴暗潮湿可加重银屑病

三、生活方式与银屑病的关系

1. 吸烟是诱发银屑病的一个危险因素
2. 过度饮酒容易诱发银屑病
3. 缺乏体育锻炼会加重银屑病
4. 经常熬夜可导致银屑病复发

四、饮食因素与银屑病的关系

1. 可能诱发或加重银屑病的膳食
2. 对银屑病病情缓解有利的膳食

五、外伤与银屑病的关系

六、感染因素与银屑病的关系

七、药物因素与银屑病的关系

八、过敏因素与银屑病的关系

九、内分泌代谢因素与银屑病的关系

1. 性激素与银屑病
2. 糖代谢与银屑病
3. 肥胖与银屑病

<<预防银屑病复发>>

4.代谢综合征与银屑病

十、典型病例

病例1 精神高度紧张容易诱发银屑病

病例2 寒冷的冬季银屑病容易反复

病例3 酗酒可诱发或加重银屑病

篇后语

第三篇 预防复发的临床根据

篇首语

一、预防银屑病复发的客观目标

- 1.认清“根治”的不科学性
- 2.达到临床“痊愈”并不难
- 3.预防银屑病复发的三个目标
- 4.预防银屑病伴发代谢综合征
- 5.预防银屑病伴发恶性肿瘤
- 6.预防银屑病复发的最高目标

二、银屑病长期痊愈的调查报告启示

- 1.三分之一的患者可长期痊愈
- 2.简单安全治疗有利长期痊愈
- 3.过度治疗不利于长期痊愈
- 4.依赖药物治疗难以长期痊愈
- 5.努力争取达到长期痊愈

三、预防银屑病复发靠自己

- 1.人体具有强大的自调节和自修复能力
- 2.人体自我调节机制的生理基础
- 3.银屑病可不药而愈
- 4.“治愈”通过“自愈”起作用
- 5.树立健康的主人是自己

四、典型病例

病例1早期简单安全治疗多年未复发

病例2调整心态带病延年

病例3补足睡眠时间是治疗银屑病的一副良药

篇后语

第四篇 预防银屑病复发的主要措施

篇首语

一、提高认识调整心态

- 1.正确认识是关键
- 2.调整心态最重要

二、培养良好的生活习惯

- 1.忌烟限酒有益无害
- 2.合理饮食代谢平衡
- 3.睡眠充足精力充沛
- 4.适当洗浴保持清洁
- 5.生活环境温馨和谐
- 6.适量运动,微微出汗

三、少用药物自我调理

- 1.药物治疗应趋利避害
- 2.各种治疗必须适度

<<预防银屑病复发>>

3. 逐步摆脱药物治疗

四、腹式呼吸放松训练

1. 腹式呼吸放松训练的由来
2. 腹式呼吸放松训练的作用
3. 腹式呼吸放松训练的方法
4. 腹式呼吸放松训练的效果

五、生物反馈放松训练

1. 生物反馈放松训练的由来
2. 生物反馈放松训练的作用
3. 生物反馈放松训练的方法
4. 生物反馈放松训练的效果
5. 开展生物反馈放松训练的体会

六、典型病例

病例1 陈先生的教训和经验

病例2 一位女患者的自述

病例3 不药而愈的试验治疗

篇后语

第五篇 银屑病治疗的历史回顾

篇首语

一、20世纪50年代前

1. 多种外用药物治疗
2. 光疗和内用药物治疗

二、20世纪50~70年代

1. 内用抗肿瘤药物治疗
2. 内用糖皮质激素和第一代维A酸类药物治疗
3. 外用蒽林及糖皮质激素治疗
4. 宽谱中波紫外线和补骨脂加长波紫外线照射治疗
5. 心身医学的提出

三、20世纪80~90年代

1. 内用环孢A等新型免疫抑制剂治疗
2. 内用第二、三代维A酸类药物治疗
3. 外用多种糖皮质激素、维A酸类、维生素D3
衍生物治疗

4. 窄谱中波紫外线和308纳米激光照射治疗
5. 实施新医学模式

四、21世纪

1. 整体治疗的重要性
2. 局部药物治疗及光疗的发展
3. 重视预防复发的研究

篇后语

第六篇 银屑病的综合治疗

篇首语

一、摆脱悲观情绪

1. 针对性的心理谈话
2. 学做自己的心理医生
3. 集体心理治疗

二、改善局部皮损

<<预防银屑病复发>>

- 1.使用柔和皮肤的润肤剂
- 2.皮损肥厚处可用角质促成剂与角质松解剂
- 3.选择使用抑制角质细胞增生类外用药
- 4.谨慎使用糖皮质激素类外用药
- 5.不含激素的免疫调节类外用药

三.对症选用内服药物

- 1.服用止痒和改善睡眠类药物
- 2.适当补充一些维生素类药物
- 3.选择服用安全的中成药物

四、建议采用非药物治疗

篇后语

第七篇 专家论坛

篇首语

从生命系统理论解读预防银屑病复发

从组织管理教育着手预防银屑病复发

从临床研究工作论述预防银屑病复发

篇后语

附录一 银屑病防治研究专项基金委员会简介

附录二 国际银屑病协会简介

附录三 我们和国际银屑病协会的共识

歌曲人 间真情是爱心（中英文版）

<<预防银屑病复发>>

章节摘录

版权页：插图：睡眠是生命过程中的一个基本生理现象，是人体各系统协同调节的基本生理过程。目前的研究资料提示，睡眠的调控涉及感觉、运动、自主神经系统及内分泌系统的多种变化，并且这些不同系统的生理活动在睡眠周期性表现方面存在高度相关性。

银屑病的发生、发展、预后与患者的全身状况有着密切联系，而睡眠情况是体现心身健康状态的重要方面。

以往研究已表明，银屑病患者存在一定程度睡眠质量下降现象，对于银屑病患者日间及夜间睡眠期的心率变异性研究均证实了银屑病患者自主神经功能全面降低；睡眠的异常也会影响免疫功能，使内分泌功能紊乱，生理功能受损，并直接影响疾病的转归。

对于银屑病患者来说，充足的睡眠是十分重要的事情。

每天有七八个小时睡眠，人的心身是容易得到放松和恢复的。

否则很容易造成体力、精力透支，积劳成疾。

我们强调按时休息，早睡早起。

既保证睡眠时间，也保证睡眠质量。

如果不是因为工作原因，比如上夜班、加班等。

<<预防银屑病复发>>

编辑推荐

《预防银屑病复发》：银屑病防治研究专项基金。
知识求医，绿色治疗，三分用药，七分调理，防治结合，预防为主，调整心态，促进健康。

<<预防银屑病复发>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>