

秋冬皮肤干燥瘙痒：15种药物和9个联合用药举例

原创 2016-10-14 高佳仪 药店人

300万药店人学干货的优秀平台

转载请注明作者与来自第一药店·药店人 (yaodianren520)

秋冬皮肤干燥瘙痒本身并不难治疗，然而若护理治疗不当，可能会延缓延误病情，变成复杂难治疗的皮肤疾病。因此，对于老人、皮肤敏感者或者本身有一些皮肤疾病的人群，合理有效的用药则显得尤为重要。



合理用药，“赶走”秋冬皮肤干燥瘙痒



用药原则及联合举例

症状较轻：外用润肤剂+止痒剂+营养补充药物

用药举例：

- 丹皮酚软膏+氧化锌洗剂+鱼肝油
- 15%尿素软膏+炉甘石洗剂+维生素E
- 维生素E乳膏+氧化锌洗剂+鱼肝油
- 维生素E乳膏+炉甘石洗剂+深海鱼油+复合维生素B

症状较重：外用润肤剂+止痒剂+口服药+营养补充药物

用药举例：

- 丹皮酚软膏+氧化锌洗剂+肤痒颗粒+复合维生素B
- 15%尿素软膏+氧化锌洗剂+乌蛇止痒丸/润燥止痒胶囊+维生素E
- 15%尿素软膏+炉甘石洗剂+地氯雷他定+维生素E
- 维生素E乳膏+氧化锌洗剂+去甲阿司咪唑+鱼肝油+复合维生素B
- 维生素E乳膏+炉甘石洗剂+左西替利嗪+深海鱼油+复合维生素B

对症用药及功效

1 外用药

1) 润肤剂推荐：15%尿素软膏、维生素E乳膏

推荐原因：15%尿素软膏具有使蛋白质溶解、变性而增加皮肤角质层水合的作用。维生素E乳膏外用具有抗氧化和润肤、止痒的作用。此二种药物均可用于皮肤干燥及因季节变化所引起的皮肤瘙痒症。如在洗澡未完全干燥时涂抹效果更佳。

注意事项：偶见皮肤刺激和过敏反应，如烧灼感、瘙痒等。故属于该药的过敏患者，就应当停止使用，更不要用于皮肤破溃处。

2) 止痒剂推荐：炉甘石洗剂、氧化锌洗剂、丹皮酚软膏

推荐原因：炉甘石洗剂和氧化锌洗剂是皮肤科常用的外用制剂，主要用来治疗潮红、肿胀、瘙痒、无渗出或少许渗出的急性、亚急性皮损。具有清凉止痒、收敛保护的作用，价格便宜，几乎没有明显不良反应。丹皮酚软膏是抗过敏药，有消炎止痒作用。用于各种湿疹，皮炎，皮肤瘙痒，蚊臭虫叮咬红肿等各种皮肤疾患，对过敏性鼻炎和防治感冒也有一定效果。

注意事项：洗剂不适合用于有毛发部位，也不可用于有结痂脱屑、渗出的糜烂面，以免结块，增加继发感染的几率。皮肤干燥者，要短期使用，否则会使皮肤更干燥。切记不可大面积涂抹。

2 口服药

1) 止痒药物推荐：地氯雷他定、去甲阿司咪唑和左西替利嗪

推荐原因：抗组胺药是使用最广泛的止痒剂，地氯雷他定等三代抗组胺药物精力涣散等副作用较小，又没有心脏毒性。剂量低、起效快，可有效止痒。

注意事项：副作用有口干、心动过速、视力模糊等。慎用于青光眼患者、机动车驾驶员以及高空作业者。

2) 口服中成药推荐：乌蛇止痒丸、肤痒颗粒、润燥止痒胶囊

推荐原因：

乌蛇止痒丸

功效：养血祛风，燥湿止痒。用于风湿热邪蕴于肌肤所致的瘾疹、风瘙痒，症见皮肤风团色红、时隐时现、瘙痒难忍，或皮肤瘙痒不止、皮肤干燥、无原发性疹；慢性荨麻疹、皮肤瘙痒症见上述证候者。

肤痒颗粒

功效：祛风活血，除湿止痒。用于皮肤瘙痒病，荨麻疹。

润燥止痒胶囊

功效：养血滋阴，祛风止痒，润肠通便。用于血虚风燥所致的皮肤瘙痒，痤疮，便秘。

3) 营养补充药物推荐：深海鱼油，鱼肝油，复合维生素B，维生素E

推荐原因：深海鱼油富含维生素E，维生素E能避免皮肤自身衰老氧化损伤，维持表皮正常功能，改善皮肤过度干燥。鱼肝油富含维生素AD，维生素A能维持上皮细胞的正常结构和功能，提高机体免疫力。维生素B可调节植物神经功能，降低大脑皮层的兴奋，抑制夜间瘙痒，有助于睡眠。

日常起居中，如何应对秋冬皮肤干燥瘙痒？

1.解决皮肤干燥，首要是饮食调理，多喝水是秋天润燥、防燥的首要措施。《黄帝内经》提出“秋冬养阴”，宜多吃滋阴润燥的饮食。润燥应以味甘性平的食物为主。如银耳、莲藕、芝麻、核桃、百合、花生、山药、红枣、莲子等清补柔润之品，多具有滋阴润燥，生津润肺之功效。饮食应注意少辛增酸。少辛，就是要少吃一些辛辣的食物，如辣椒、花椒、桂皮、生姜、葱及酒等。增酸是指要适当多吃一些酸味的食物，如石榴、葡萄、芒果、袖子、柠檬等，这样能增加肝脏的功能，以防秋季肺气太过而伤肝。

2.在秋冬季洗澡不应过频，水温不宜过高，洗浴时避免使用肥皂等碱性洗浴用品，可先用一些温和、偏中性或弱酸性、同时具有润肤作用的产品。洗澡完毕擦干身后涂擦无刺激性的石蜡油或凡士林油护肤。皮肤瘙痒较严重者用不含酒精的止痒水50ml+甘油50ml涂擦全身皮肤，以止痒并增加皮肤的滋润度。

3.注意居住环境防燥保湿。秋冬季室内采暖温度不宜过高，可以用加湿器或种植花草等方法来保持室内适宜的湿度，适宜的温度和湿度可以减少皮肤水分的蒸发。

4.化纤类、毛类或混纺类质地的毛巾、袜子、内衣裤等以及一些含有甲醛的粗劣质衣服，对皮肤均有刺激而引起皮肤瘙痒症。因此，应尽量选择纯棉衣物，穿着宜宽松柔软，床单用物也以棉质为佳。

END

心康易荐药APP

长按扫描下载
更多专业课程免费看

专/属/“药店人”/的/圈/子



长按拇指关注



发送#精品#到药店人公众号，
多篇精品文章任您看