

狼疮以不同的方式影响不同的人。大多数狼疮患者都有皮肤问题,如皮疹或疮。有时候狼疮只会影响皮肤,有时候它也会影响身体的其他部位。

## 狼疮如何影响皮肤?

狼疮患者可能有许多不同的皮肤问题。

发生在狼疮患者的皮肤问题称为皮肤狼疮。皮肤狼疮有三种主要类型:

**慢性皮肤狼疮**:(也称为盘状狼疮)主要是圆形盘状疮,通常出现在面部和头皮上。疮可引起疤痕或肤色变化。

**亚急性皮肤狼疮:**主要是红色鳞状皮疹或红色环状疮,通常出现在晒到阳光的皮肤上,如颈部和手臂。

**急性皮肤型狼疮:**主要是脸颊和鼻子上出现蝴蝶状皮疹,看起来像晒伤(称为蝶形皮疹)。有时候它也会影响其他身体部位,如手臂和腿部。

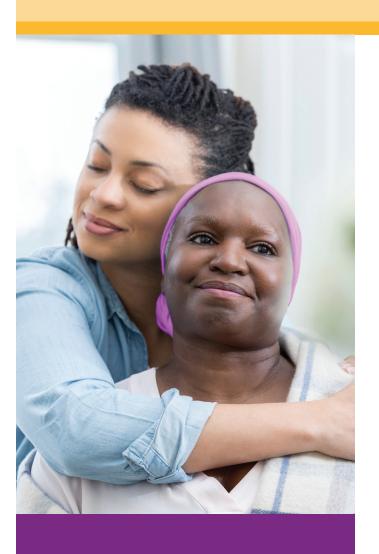
狼疮患者也可能有其他皮肤问题,例如:

粘膜溃疡(口腔,鼻子或阴道内的疮) 头皮上的疮可以使头发脱落

狼疮患者也可能出现在皮肤上看到的血液或血管问题。有些例子包括: 雷诺氏现象(手指和脚趾变白或变蓝,当人感到寒冷或有压力紧张 时会感到麻木)

网状青斑(透过皮肤看起来像蕾丝或鱼网丝袜的蓝色或紫色图案) 手掌红斑(手掌变红) 保护自己远离低温 如果你有雷诺氏现 象,保护你的皮肤不 受寒冷伤害可能会 有所帮助。在寒冷的 天气或室内空调时, 请尝试戴上保暖手 套和厚袜子。





狼疮皮肤问题没有传染性 —你无法被传染或传染给 别人。

#### 狼疮的皮肤问题是什么感觉?

有时候这些皮肤问题会让你感到发痒或疼痛,有时候则不会。这些症状时而出现时而消失,并且每个人对这些皮肤问题都感觉不同。如果你有狼疮引起的疼痛或其他症状,请咨询你的医生,了解治疗方案。

#### 找到正确的治疗计划

因为狼疮可以引起许多不同的皮肤问题,所以有许多不同种类的药物可以治疗它们。皮肤专科医生可以帮助你找到适合你的治疗计划。

如果你怀孕或计划怀孕,请务必与你的医生 讨论哪些治疗方案对你和你的宝宝是安全 的。

有时你可以用直接涂在皮肤上的乳霜或凝胶治疗狼疮皮肤问题。你可能还需要服用影响身体所有系统的药片或其他治疗方法。请注意,你所服用的任何狼疮药物都有副作用。请与你的医生讨论你正在服用的药物需要注意什么变化。如果你有任何副作用,请立即告诉你的治疗团队。

### 保护你的皮肤免受紫外线 (ultraviolet, UV) 的伤害

大多数狼疮患者对紫外线敏感—它可以引发狼疮皮肤问题。请遵循以下提示以保护自己:

使用SPF 60或更高系数的防晒霜,阻挡UVA和UVB射线 穿长袖,裤子和由织物制成的宽边帽,保护你免受阳光照射 计划在清晨或晚上进行户外活动

你也可能对室内照明很敏感。如果室内灯光困扰你,请尝试将灯罩放在荧光灯泡上。你还可以购买发出少量紫外线辐射的灯泡,如LED灯。

NATIONAL

# Resource Center on Lupus •

by Lupus Foundation of America

有关狼疮的更多信息,请访问狼疮国家资源中心:

Lupus.org/Resources