



狼疮和皮肤

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。

Help Us Solve
The Cruel Mystery

LUPUS[®]

FOUNDATION OF AMERICA



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](https://lupus.org/Resources)