

中药面膜治疗 1 例肺胃蕴热型痤疮患者的护理体会

方 芸, 滕政闻

(北京中医药大学东方医院 皮肤科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例应用中药面膜技术治疗肺胃蕴热型痤疮患者的护理经验。在整体观念和辨证论治原则下, 利用中药面膜的外治方法, 使药物经皮肤吸收, 达到清热解毒、活血化瘀的效果。患者经门诊连续治疗 4 周后, 皮疹和脓疱明显减少, 无新发皮疹; 2 周后回访, 丘疹和脓疱消失, 色沉处颜色变浅, 患者对治疗效果满意, 体现了中医的特色和优势。

关键词: 痤疮; 肺胃蕴热型; 中药面膜; 护理

Nursing Experience with Chinese Herbal Facial Mask for a Patient with Acne of Lung-Stomach Heat Accumulation Pattern

FANG Yun, TENG Zhengwen

(Department of Dermatology, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This report summarizes the nursing experience of applying a Chinese herbal facial mask to treat a patient with acne of the Lung-Stomach Heat Accumulation pattern. Guided by the holistic concept and syndrome differentiation principles of Traditional Chinese Medicine (TCM), the external application of the herbal mask facilitated transdermal absorption of active compounds, achieving therapeutic effects of heat-clearing, detoxification, and blood stasis resolution. After 4 weeks of consecutive outpatient treatment, the patient exhibited significant reduction in papules and pustules with no new lesions. At the 2-week follow-up, papules and pustules had completely resolved, with fading of post-inflammatory hyperpigmentation. The patient expressed satisfaction with the treatment outcomes, demonstrating the distinctive strengths of TCM therapeutic approaches.

KEY WORDS: acne; Lung-Stomach Heat Accumulation Pattern; Chinese herbal facial mask; nursing

痤疮是一种累及毛囊、皮脂腺的慢性炎症性皮肤病, 中医又称“酒刺”“粉刺”及“肺风粉刺”, 俗称“暗疮”“青春痘”等, 常表现为脓疱、丘疹、疤痕、结节和囊肿^[1]。本病青少年发病率较高, 因具有明显的损容性, 对患者的身心健康造成很大的伤害, 严重者影响患者的生活质量。本病的病因病机比较复杂, 一般分为肺胃蕴热型、胃肠湿热型、肝郁气滞型和痰瘀互结型^[2]。西医治疗常用抗生素去脂消炎、激素药物调节, 具有刺激性大、耐药性强、副作用多且容易复发的缺点。在中医外治的方法中, 常选用中药面膜治疗痤疮, 安全简便、刺激性小、疗效显著, 在临床上得到大家的认可^[3]。本文采用中药面膜治疗肺胃蕴热型痤疮, 取得显著疗效, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者男性, 22 岁, 于 2024 年 6 月 12 日至我院就诊。主诉面部起皮疹轻微瘙痒伴疼痛, 反复发作 3 年余, 曾外用阿达帕林凝胶, 皮疹时好时坏, 效果不佳。

1.2 查体

刻下症见: 患者面部整体潮红、油腻, 前额、面颊部及鼻翼两侧可见散在红色丘疹、脓疱, 前额及面颊皮疹可见密集白头粉刺, 鼻翼两侧及鼻头毛孔粗大可见黑头粉刺, 皮疹轻微瘙痒按压疼痛。专科检查: 毛囊虫阴性, 马拉色菌阴性。患者平素嗜食辛辣肥甘及刺激性食物, 工作压力大, 作息不

规律,情志不畅,纳眠可,大便偏干,小便偏黄。舌质红,苔薄黄,脉滑数。

1.3 诊断

西医诊断:痤疮;中医诊断:粉刺;证型:肺胃蕴热型。患者正值青春期,平素嗜食辛辣肥甘,致邪热壅于内,循经上扰,致肺经风热,外发肌肤而致发病。肺主皮毛,肺热向上熏蒸肌肤,故见面部多数炎性丘疹、脓疱;热壅脉络,湿浊内停,湿热熏蒸于上,故见面部脂溢;肺与大肠互为表里,肺风热盛,下移肠道,导致热伤津液,肠道失濡,故见大便干结;舌尖红,苔薄黄,脉滑数,均为肺经风热之象。

1.4 治疗

中医治疗原则以疏风清肺、清热解毒为原则,予中药面膜进行干预。遵医嘱给予患者中药面膜4次,1次/周。2024年6月12日第一次治疗对脓包、粉刺皮疹用无菌探针挑治,并用中药面膜治疗;2024年6月19日第二次及后续治疗均采用中药面膜治疗。同时指导患者注意保持健康的生活方式,忌食辛辣刺激性食物,多吃新鲜的蔬菜和水果,保证充足的睡眠,正确进行脸部清洁和日常管理。经中药面膜连续治疗4周,患者颜面部丘疹、脓疱明显减少,脂溢减轻,无新发皮疹,原发脓疱处留有色素沉着,于2024年7月10日治疗结束。2周后回访,患者丘疹、脓疱消失,色沉处颜色变浅。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 痤疮皮损性评估和程度评估

根据中国痤疮治疗指南,依据皮损性质将痤疮分为3度、4级,其中Ⅰ级(轻度):仅有粉刺;Ⅱ级(中度):有炎性丘疹;Ⅲ级(中度):出现脓疱;Ⅳ级(重度):有结节、囊肿^[4]。本例患者属于三级(中度)。

2.1.2 焦虑评估

采用GAD-7广泛性焦虑自评量表评估患者焦虑程度,评分5~9分为轻度焦虑,10~14分为中度焦虑,15~21分为重度焦虑。此患者评分为12分,属于中度焦虑。

2.2 辨证施护

本个案为青年男性,正值青春期,平时嗜食辛辣肥甘,致邪热壅于内,循经上扰,致肺经风热,外发肌肤而致发病。肺主皮毛,肺热向上熏蒸肌肤,故见面部多数炎性丘疹、脓疱;热壅脉络,湿浊内停,湿热熏蒸于上,故见面部脂溢;肺与大肠互为

表里,肺风热盛,下移肠道,导致热伤津液,故见大便干燥;舌尖红,苔薄黄,脉滑数,均为肺胃蕴热,治宜疏风清肺,清热解毒。

2.3 护理诊断

①皮肤完整性受损与面部皮疹、脓疱有关;②舒适的改变与面部痤疮引起的瘙痒疼痛有关;③焦虑与病情反复迁延不断有关。

2.4 护理计划

根据患者的护理问题,制定护理计划:①运用中医特色治疗,即中药面膜,通过皮肤表面的透皮给药,使药物经皮肤吸收,发挥清热解毒、活血化瘀的功效,减轻患者症状^[5];②加强健康宣教,做好生活、饮食和情志护理,减轻患者焦虑情绪,减少痤疮诱发因素。

2.5 护理措施

2.5.1 常规护理

指导患者进行正确的面部护理,每天两次温水洗脸,使用温和洁面产品,避免刺激皮肤,痤疮患者面部油脂分泌旺盛,可选择无油的保湿产品。禁止挤压患处,否则可能导致炎症扩散,加重感染,甚至遗留瘢痕。平时注意防晒,紫外线会加重炎症,优先采用物理防晒,如帽子和遮阳伞。建议患者养成良好的生活习惯和睡眠习惯,规律作息,不熬夜,保证充足的睡眠,调节激素水平^[6]。适度运动,出汗后及时清洁,防止汗液刺激。

2.5.2 饮食护理

患者属肺胃蕴热型,牛羊肉、辛辣食物和发物会助长体内湿热或热毒,加重肺胃积热,导致痤疮炎症加重或反复,应注意避免。指导患者饮食以清淡易消化食物为主,多食用新鲜的蔬菜水果,保障维生素的摄入,减少皮肤油脂分泌,同时能保持排便通畅,促进体内毒素的排出^[7]。指导患者可用玫瑰花5g、桑叶2g代茶饮,玫瑰花具有和血行血、理气解郁的功效,桑叶具有疏散风热、清肺润燥的作用,长期饮用能疏肝解郁,减轻面部的潮红,缓解局部的炎症反应^[8]。

2.5.3 情志护理

患者为青年男性,痤疮损于颜面,所以患者容易外貌焦虑、自信心受损,甚至可能出现病耻感,应该了解患者心理需求,耐心陪伴,帮助重建信心。一是主动与患者沟通,与患者共情,耐心倾听患者的担忧,让患者感到被理解;二是向患者解释痤疮是常见的皮肤问题以及本病的病因和诱因,嘱咐患者不必焦虑,正确看待,避免因知识缺乏而

产生焦虑;三是积极肯定患者在治疗过程中的乐观态度,比如正确的脸部护肤、良好的生活习惯,增强患者的自信心;四是引导患者关注自身长处,培养兴趣爱好,比如可每日冥想 10 min,健身跑步,听听轻音乐来转移注意力,缓解焦虑;五是鼓励家属多陪伴、多关心患者,给予患者情感支持,保持心情愉悦,营造轻松的家庭氛围,有利于疾病的康复^[9]。

2.5.4 中药面膜技术

中药面膜是利用石膏凝固过程中发热的原理,通过面部透皮给药,加速面部的血液循环,促进皮肤对药物吸收,起到清热解毒、活血化瘀的功效^[10]。在中药面膜基础上配合面部负氧离子喷雾、清创术,使毛孔快速打开,便于油脂的排出,药物直接作用于皮损,有利于药物的吸收,具体操作方法如下。向患者做好解释,取得患者的合作,协助患者取仰卧位,治疗巾包住头发,铺颈巾,用无菌盐水擦拭清洁面部皮肤,负氧离子喷雾 5~10 min。痤疮患处,用安尔碘消毒局部皮肤,然后用无菌探针挑治脓头及粉刺栓,并涂以痤疮药膏。眉毛、眼睛、嘴唇用凡士林纱条覆盖加以保护^[11]。将马齿苋 15 g、野菊花 8 g、紫花地丁 6 g、蒲公英 6 g、黄柏 6 g 等中药颗粒剂按 1:4 的比例与熟石膏混合,用 40℃ 左右温水调成糊状,均匀涂抹于患者面部,厚度约为 0.5~1 cm,避开鼻孔确保呼吸通畅,经 20~30 min 药膜干固后轻轻取下,温水擦拭面部,涂以硅霜或保湿剂。中药面膜操作过程中要严格执行无菌操作技术规程,防止交叉感染;喷雾时要掌握喷雾的距离、温度和时间,防止烫伤;面膜水温调试合适,随时观察患者,如有不适及时处理。该患者共治疗 4 次,1 次/周,面部丘疹和脓疱基本痊愈。

3 结果和随访

通过予患者护理干预,面部症状明显缓解,经 4 周治疗患者颜面部丘疹、脓疱明显减少,脂溢减轻,无新发皮疹,原发脓疱处留有色素沉着。参照《中药新药临床研究指导原则》符合痊愈标准,即皮疹全部消退,仅留有色素沉着,无新痤疮皮疹发生;患者焦虑症状明显改善,GAD-7 评分由 12 分降至 5 分,详见表 1。本个案经门诊连续治疗 4 周后,皮疹和脓疱明显减少,无新发皮疹,原发脓疱处留有色素沉着;2 周后回访,丘疹和脓疱消失,色沉处颜色变浅。

表 1 疗效评估

评估时间	痤疮皮损程度	GAD-7
治疗前	Ⅲ级中度	12 分
治疗 1 周后	Ⅱ级中度	8 分
治疗 2 周后	I 级中度	6 分
治疗 3 周后	I 级中度	5 分
治疗 4 周后	痊愈	5 分

4 讨论

中医称痤疮为粉刺,是一种与性腺内分泌功能失调有关的毛囊、皮脂腺慢性炎症性皮肤病。明代《外科正宗》曰:“肺风、粉刺、酒渣鼻三名同种,粉刺属肺、酒渣鼻属脾,总皆血热郁滞不散所致”^[12],清代《医宗金鉴·外科心法要诀》认为“此证由肺经血热而成”。本例患者男性,正值青春期,喜食辛辣刺激厚腻的食物,加上压力大、作息不规律而发病。青春期生机旺盛,血气充沛,热盛伤肺,肺热上熏面部,临床表现以炎性小丘疹为主,或有脓疱,伴颜面潮红。青少年喜油腻之品,致脾胃湿热蕴积,表现为颜面油腻,皮疹可见丘疹、脓疱伴便秘^[13]。治疗上应以清热解毒、疏风清肺、健脾除湿为主。

《理渝骈文》中云:“外治之理即内治之理,外治之药亦即内治之药,所异者法尔”,中药面膜是中医外治特色治疗方法,以清热解毒、消炎消肿、减轻局部反应为核心,将中药与熟石膏混合,温水调成糊状敷于面部,使药物直接经皮吸收,加之熟石膏遇水发热,加速面部的血液循环,大大地促进药物的吸收,减轻局部的炎性反应,迅速缓解症状^[14]。中药面膜充分发挥中医护理技术的优势,疗效显著。本文通过中医整体观念、辨证论治的运用,结合中医特色面膜外治法,有效改善患者面部痤疮,注重生活护理和情志护理,缓解患者的焦虑情绪,显著提高了患者的生活质量,整体治疗和护理方案值得推广。

患者知情同意:病例报告公开得到患者或家属的知情同意。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 李元文. 中医皮肤病学[M]. 北京: 科学出版社, 2023.
- [2] 赵俊英. 中西医结合痤疮诊治专家共识[J]. 实用皮肤病学杂志, 2021, 14(5): 257-260.
ZHAO J Y. Expert consensus on acne diagnosis and treatment with integrated traditional Chinese and

- Western medicine [J]. *J Pract Dermatol*, 2021, 14 (5): 257-260. (in Chinese)
- [3] 刘铭, 陈雯, 张鑫, 等. 中医药治疗痤疮的研究进展[J]. *中国民间疗法*, 2025, 33(4): 115-117.
LIU M, CHEN W, ZHANG X, et al. Research Progress on the Treatment of Acne with Traditional Chinese Medicine [J]. *China's Naturopathy*, 2025, 33(4): 115-117. (in Chinese)
- [4] 鞠强. 中国痤疮治疗指南(2019 修订版)[J]. *临床皮肤科杂志*, 2019, 48(9): 583-588.
JU Q. Guideline for diagnosis and treatment of acne (the 2019 revised edition) [J]. *J Clin Dermatol*, 2019, 48(9): 583-588. (in Chinese)
- [5] 杨璐, 吕素, 张丽, 等. 中药面膜治疗寻常型痤疮的用药规律[J]. *中医学报*, 2024, 39 (3): 675-678.
YANG L, LYU S, ZHANG L, et al. Traditional Chinese medicine medication rule in facial mask to treat acne vulgaris [J]. *Acta Chin Med*, 2024, 39 (3): 675-678. (in Chinese)
- [6] 萧叶, 孙艳. 对接受石膏面膜联合红蓝光照射治疗的面部寻常痤疮患者进行综合护理的效果[J]. *当代医药论坛*, 2019, 17(23): 269-270.
XIAO Y, SUN Y. The effect of comprehensive nursing on patients with facial acne who received treatment with plaster masks combined with red and blue light irradiation [J]. *Contemp Med Symp*, 2019, 17 (23): 269-270. (in Chinese)
- [7] 徐风华. 对面部寻常痤疮患者进行优质护理干预的效果分析[J]. *皮肤病与性病*, 2021, 43 (3): 430-431.
XU F H. Analysis of the effect of high-quality nursing intervention on patients with common acne on the face [J]. *Dermatol Venereol*, 2021, 43 (3): 430-431. (in Chinese)
- [8] 张书婵, 李文彬, 林雨青, 等. “以花治华”法在损容性皮肤病中的临床应用[J]. *天津中医药大学学报*, 2023, 42(6): 705-710.
ZHANG S C, LI W B, LIN Y Q, et al. Clinical application of flower drugs for skin diseases that damage the appearance [J]. *J Tianjin Univ Tradit Chin Med*, 2023, 42(6): 705-710. (in Chinese)
- [9] 陈知英, 何丹华, 赵利梅. 心理护理结合面部护理在提高中重度寻常型痤疮患者治疗效果及降低不良反应中的作用[J]. *中国医药科学*, 2019, 9(8): 175-177, 184.
CHEN Z Y, HE D H, ZHAO L M. The effect of psychological nursing combined with facial care on improving the curative effect and reducing adverse reactions of patients with moderate and severe acne vulgaris [J]. *China Med Pharm*, 2019, 9 (8): 175-177, 184. (in Chinese)
- [10] 李洁. 颠倒散石膏倒膜外治轻中度寻常痤疮临床观察[J]. *光明中医*, 2022, 37(22): 4100-4102.
LI J. Clinical effect of Diandao Powder gypsum facial mask method in the treatment of mild to moderate acne vulgaris and its influence on skin barrier function [J]. *Guangming J Chin Med*, 2022, 37 (22): 4100-4102. (in Chinese)
- [11] 宋玮, 何鑫, 陈明岭, 等. 艾儒棣运用角药联合中药面膜治疗痤疮经验[J]. *中医杂志*, 2024, 65 (9): 892-897.
SONG W, HE X, CHEN M L, et al. AI rudi's experience in treating acne with triple Chinese medicinal groups combined with Chinese medicinal mask [J]. *J Tradit Chin Med*, 2024, 65 (9): 892-897. (in Chinese)
- [12] 程雅靖, 张效科. 张效科教授从阴火论治痤疮经验[J]. *四川中医*, 2020, 38(3): 57-60.
CHENG Y J, ZHANG X K. Professor ZHANG Xiaoke's experience in treating acne from Yin and fire [J]. *J Sichuan Tradit Chin Med*, 2020, 38(3): 57-60. (in Chinese)
- [13] 李雪, 李元文, 任雪雯, 等. 李元文教授辨治痤疮的临床思路与学术特色探析[J]. *世界中医药*, 2019, 14(12): 3325-3328.
LI X, LI Y W, REN X W, et al. Professor Li yuanwen's clinical thoughts and academic characteristic of acne treatment based on syndrome differentiation [J]. *World Chin Med*, 2019, 14(12): 3325-3328. (in Chinese)
- [14] 孙懿君, 吴耀持, 王健雄, 等. 耳穴揸针联合石膏外敷治疗肺胃湿热型寻常型痤疮疗效观察[J]. *上海针灸杂志*, 2023, 42(9): 949-953.
SUN Y J, WU Y C, WANG J X, et al. Thumbtack needling combined with plaster external application in the treatment of acne vulgaris with damp heat in the lung and stomach pattern [J]. *Shanghai J Acupunct Moxibustion*, 2023, 42 (9): 949-953. (in Chinese)

声明:此案例经过本平台同行评议,全文开放获取,采用知识共享(CC 4.0 BY-NC-ND)许可协议,作者可在其他媒体再次发表。