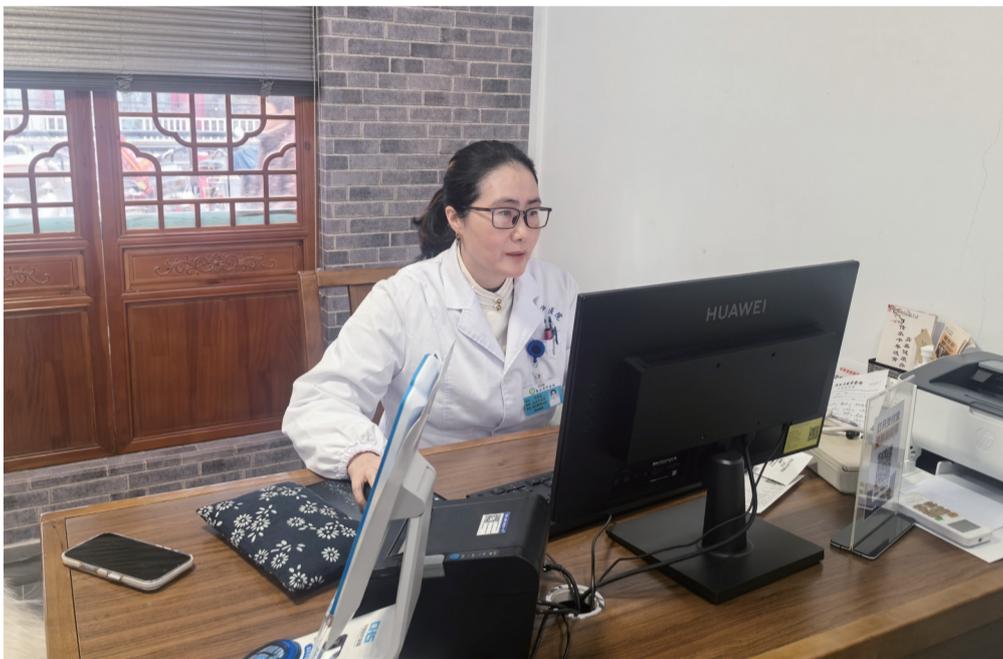


孩子口周一圈红？ 别把“羊胡子疮”“羊毛疮”混为一谈

舟山市中医院皮肤科中医师刘鹿教你中医护娃妙招

□记者 高阳 通讯员 石冰沁 文/摄



秋冬季节气候干燥多风，皮肤屏障易受损，各类皮肤病进入高发期。其中，“羊胡子疮”与“羊毛疮”因名称相近、症状略有相似，常被市民混淆误判。近日，舟山市中医院皮肤科中医师刘鹿结合临床病例，从中医角度详解两种病症的发病原因、症状区别及防治方法，为市民送上秋冬皮肤健康防护指南。

“医生，您快看看我家孩子嘴巴周围，一圈又红又干，还掉皮瘙痒，怎么劝都忍不住舔，这到底是什么毛病？”近日，市中医院皮肤科诊室，市民王女士抱着6岁的儿子涵涵（化名），语气里满是焦急。接诊的中医师刘鹿仔细检查后告知，孩子患上的是秋冬儿童高发的“羊胡子疮”，学名为口周皮炎，反复舔舐口周的不良习惯，正是诱发该病的主要原因。

刘鹿介绍，“羊胡子疮”与“羊毛疮”虽名字相近，但发病机制、高发人群截然不同。“羊胡子疮”主要高发于儿童，多与不良习惯、脾胃功能失调相关；“羊毛疮”学名为毛囊炎，儿童与成人皆可患病，尤其多见于青年群体，核心诱因是细菌感染、体质湿热等。

“羊胡子疮”： 多是孩子的不良习惯惹的祸

“每年秋冬，我们都会接诊不少‘羊胡子疮’患儿，最小的仅3岁，最大不超过10岁，其中5至7岁儿童最为常见。”刘鹿表示，很多家长听到“疮”字，会误以为是细菌感染引发的疮疡，实则不然。“羊胡子疮”在现代医学中称为口周皮炎，本质是皮肤屏障功能破坏、局部微生态失衡引发的炎症反应，因口周出现一圈红斑、脱屑，形似“羊胡子”，被大众形象命名。

刘鹿解释，儿童秋冬易患“羊胡子疮”，主要有三大原因：一是生理特点所致，小儿脾胃运化功能尚未健全，脾胃虚弱或饮食不节时，易出现脾胃积热，热邪上蒸口周，再叠加秋冬风燥外袭，内外合邪便会诱发皮肤炎症；二是不良习惯诱发，秋冬口唇干燥，不少孩子会反复舔舐口周、抿嘴唇，唾液蒸发后，其中的淀粉酶、脂肪酶等会分解皮肤表面皮脂和角质层，削弱皮肤锁水与防御功能，同时改变皮肤酸碱度，利于细菌过度生长，加重炎症；三是环境因素影响，秋冬空气干燥、室内外温差大，皮肤水分流失快，而口周皮肤娇嫩、屏障功能较弱，更易受刺激发病。

“区分‘羊胡子疮’与其他口唇炎症，关键看发病部位——它通常避开嘴唇黏膜，仅发生在口周皮肤，且伴有明显脱屑、瘙痒。”刘鹿提醒，家长发现孩子口周异常时，可据此初步判断，避免误判误治。

中医辨证施治 帮孩子摆脱“红胡子”困扰

“中医治疗‘羊胡子疮’，遵循‘治病求本’原则，核心是调理脾胃、清热解毒、祛风润燥，同时配合外治修复皮肤屏障，从根源减少复发。”刘鹿强调，该病病位虽在皮肤，但根源在脾胃功能失调，因此治疗不能只注重局部抗炎，更要调理脾胃、纠正孩子不良习惯，才能事半功倍。

结合临床实践，刘鹿将“羊胡子疮”主要分为两种证型：

其一为脾胃湿热证。此类患儿皮疹颜色鲜红，部分会出现细小水疱，伴有轻度渗出，常伴随

口干、口臭、大便黏腻、舌苔黄腻、舌质偏红等症状，多见于平时食欲旺盛、偏爱肉类、甜食、油炸食品等肥甘厚味的儿童，治疗以清热利湿、健脾和胃为主，常用泻黄散加减。

其二为心脾积热证。此类患儿皮疹以干燥、脱屑、瘙痒为主，红斑颜色相对较淡，常伴随夜寐不安、磨牙、注意力不集中、舌尖红、舌苔薄黄等症状，多与学习压力大、情绪紧张、熬夜等相关，治疗以清心健脾、养血润燥为主，常用导赤散合保和丸加减。

“基础护理和习惯矫正，比药物治疗更关键。”刘鹿建议家长，要督促孩子改掉舔舐口周、抿嘴唇的习惯；每日多次为孩子涂抹成分简单的医用保湿霜，如含神经酰胺、角鲨烷的产品，尤其清洁后和睡前，助力修复皮肤屏障；饮食上，避免孩子食用过烫、辛辣、油炸、甜食等刺激性食物，多吃蔬菜水果、补充维生素B族，调理脾胃功能；同时保持室内湿润，可用加湿器将湿度维持在50%—60%，缓解环境干燥对皮肤的刺激。

成人儿童皆可中招 细菌感染是核心诱因

“很多市民在听到‘羊胡子疮’的同时，还会听说‘羊毛疮’，因为两者名字只有一字之差，常常会被混淆，甚至有人认为两者是同一种病不同叫法，其实这是一种错误的认知。”刘鹿介绍，“羊毛疮”现代医学称为毛囊炎，是病原体感染引发的皮肤炎症，与“羊胡子疮”的发病原因、症状、高发人群均有明显区别，且成人、儿童均可患病，青年群体尤为高发。

刘鹿表示，“羊毛疮”的发病核心是病原体感染，最常见的是金黄色葡萄球菌，其次是表皮葡萄球菌、链球菌，真菌、病毒也可能诱发。中医认为，该病的发生与风邪侵袭、湿热蕴结、气血瘀滞相关：肺气不足导致卫气不固，风邪夹湿夹热侵入皮肤毛孔，再加上饮食不节、情志失调等，导致脾胃湿热内生、气血瘀滞，皮毛透气不畅，最终形成丘疹、结节等炎症症状。

与“羊胡子疮”集中在口周不同，“羊毛疮”高发部位更广泛，主要分布在头皮、颈部、胸背、臀部、四肢等皮脂腺丰富的区域。其典型症状为针尖至黄豆大小的红色丘疹或结节，部分丘疹顶端会形成脓疱，常伴随明显瘙痒、疼痛；病情严重时，丘疹、结节会融合成片状硬结，破溃后流脓液，愈合后可能留下浅疤痕或色素沉着。

科学预防是关键 就医切勿盲目用药

刘鹿提醒，预防“羊毛疮”，首先要控制饮食，忌口肥甘厚腻、高糖、高油脂食物，多吃蔬菜水果、多喝水，调理脾胃功能，减少湿热内生；其次要做好皮肤清洁，保持皮肤干燥洁净，勤洗澡、勤换衣物，避免衣物摩擦刺激皮肤，尤其易出汗部位，要及时擦干汗水、更换透气衣物；再次要做好季节防护，冬季注重保湿、夏季注意通风散热，避免细菌滋生；最后要调节情志，避免长期熬夜、劳累、焦虑，保持心情舒畅，增强免疫力，减少复发。

刘鹿强调，市民若发现皮肤出现异常丘疹、红斑、脱屑、瘙痒等症状，应及时到正规医院皮肤科就诊，明确诊断后在医生指导下科学治疗，切勿自行用药、盲目护理，避免陷入防治误区。秋冬是这两种皮肤病的高发期，市民提前做好防护，养成良好的生活与卫生习惯，才能守护好自身及家人的皮肤健康。