

關節炎及風濕病

李應紹博士

- 男，女及各年齡常見疾病
- 關節發炎引起關節，肌肉，
腱，韌帶，骨及其他器官
紅、腫、熱，痛，僵硬及功
能喪失

關節炎及風濕病之種類

■ 退化性關節炎

(osteoarthritis) :

- 最常見。因年老或創傷後引起軟骨喪失，骨刺及關節隙狹窄
- 常侵犯膝，髖，手指
- 活動或少動後疼痛加劇

■ 類風濕關節炎(rheumatoid arthritis) :

- 女性常見自主免疫疾病
- 常侵犯雙側手及腳關節
- 亦侵犯骨及其他器官
- 可併疲勞，虛弱，發燒，體重減輕，眼炎

- 纖維肌痛(fibromyalgia) =慢性疾病引起骨及關節疼痛，特別是頸，背，肩，髖
- 痛風 =因尿酸積聚骨結締組織及關節隙引起極痛風濕病
 - 高尿酸症常見於年老，肥胖，高蛋白飲食，酗酒，高血脂，糖尿病，冠心病，高血壓，遺傳等
 - 最常侵犯大姆指，亦可侵犯足背，踝，

- 感染性關節炎如細菌，病毒
- 反應性關節炎(reactive arthritis) :
 - 尿道，大腸或其他器官感染所引起
 - 常併有皮膚疹，口腔炎，眼炎
- 牛皮癬關節炎 = 牛皮癬病引起手及腳關節發炎導致指甲病變

- 紅斑性狼瘡(SLE) = 自主免疫疾病侵犯皮膚，
血管，關節及其他器官
- 黏連性脊椎炎(ankylosing spondylitis) =
不明原因之發炎侵犯背，髖，肩，膝
- 幼年類風濕關節炎(juvenile rheumatoid arthritis)：少於16歲兒童最常見之關節炎。
可併有發燒，皮膚疹，眼炎

■ 風濕性多肌痛(polymyalsia rheumatica) :

血管炎(giant cell arteritis)侵犯關節附近之腱，肌，韌帶，組織等引起肩，髖，頸，背之疼痛及早上僵硬

■ 多肌炎(polymyositis) :引致全身機肉發炎及虛弱無力

■ 滑囊炎(bursitis) = 滑囊發炎引致關節疼痛

關節炎及風濕病之治療

■ 一般治療：

病人教育，避免勞動及精神壓力，熱或冷敷以減輕疼痛及發炎，充分休息，適當運動，控制體重，控制飲食等

■ 藥物治療：

- 止痛藥如 aspirin, panadol, codeine
- tricyclic antidepressant
- non-steroidal antiinflammatory drugs (NSAID)
- COX-2 inhibitor
- 類固醇
- 緩和劑(disease-modifying agents)如
hydroxychloroquine, gold, D-penicillamine
- 免疫抑制劑如 methotrexate, sulfasalazine,
cyclosporine
- tumor-necrosis factor modifier, interleukin
antagonist等

■ 營養補充治療：

如退化性關節炎補充adenosylmethionine,
glucosamine, chondroitin, vitamins
D,C,E,carotene

如紅斑性狼瘡補充DHEA

■ 鬆弛治療(relaxation therapy)

■ 移動治療(mobilization therapy)

■ Transcutaneous electrical nerve stimulation

- 職業療法(occupational therapy)：日常活動時減輕關節過勞
- 物理治療(physical therapy)：提供物理運動以保持關節功能
- 輔助器如夾板(splint)或支持具(brace)
- 外科手術(若關節炎嚴重)如關節抽吸沖洗，置換關節，切除關節，關節重建等