

認識類風濕性關節炎

國泰綜合醫院 內科部 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 何謂類風濕性關節炎

類風濕性關節炎是一種慢性的炎症疾病，主要是以對稱性方式侵犯關節，造成關節腫脹、疼痛、僵硬，嚴重者會有關節變形，甚至影響內臟器官。

■ 發生率

可發生於任何年齡，但好發 30-50 歲間之女性，且女性罹病率是男性的 2-3 倍。

■ 可能的症狀

- 初期：關節腫脹、疼痛、晨間關節僵硬、疲倦、體重減輕、發燒、食慾不振。
- 後期：肌腱或韌帶受損、關節變形。視其侵犯器官而呈現不同症狀。

■ 一般治療原則

- 減輕疼痛及炎症反應
- 保存關節功能
- 緩解病程進展
- 促進健康

■ 常用藥物（一）

■ 非類固醇抗發炎藥物

具有快速消炎止痛作用。需留意排便顏色；若有胃潰瘍病史或胃部不適，應告知醫護人員。

■ 常用藥物（二）

■ 疾病修飾抗風濕藥物

此類藥物含抗瘧疾藥物、免疫抑制劑，可控制改善病情。服用後可能出現掉髮、腹瀉、皮膚紅疹、口腔潰瘍、味覺改變、蛋白尿、肝功能異常或骨髓抑制等副作用。需定期返院檢驗腎功能、尿液及血液檢驗。

■ 生物製劑

針劑，作用在特定的發炎細胞或發炎機制上。用藥需注意感染（潛伏肺結核）B型肝炎復發、過敏等副作用。

■ 類固醇（美國仙丹）

可合併上述藥物使用。可能造成肥胖、皮膚脆弱、月亮臉、水牛肩、骨質疏鬆。服用免疫抑制劑及類固醇會使抵抗力下降、易受感染，若有發燒情形應告知醫師。

◆ 特別叮嚀

個人體質不同，服用藥物有任何不適情形時，應告知醫師，因本病為慢性關節炎，需長期追蹤治療，千萬不可自行停藥或減量，以免加重病情。

■ 日常保健原則

- 熱療與冷療：以熱療與冷療、臘療、全身性水療緩解不適。熱療可減輕疼痛，使關節活動更容易。
- 休息：患者在日常生活中，每小時至少應休息十分鐘；每日至少睡眠八小時，且最好有午睡。

- **運動**：一天至少二次；包括主動及輔助性關節運動，以伸展運動保持關節的正常活動角度。
- **支架使用**：用於減輕關節負擔，穩定關節預防變形，並增進功能。
- **輔助性器材**：這些器材可提升患者日常生活中的獨立性，不至於因多處關節疼痛及活動受限，導致事事需假手他人。與行動能力有關的輔具包括特製拐杖、助行器及輪椅；與其他生活起居有關的輔具則包含坐椅、桌子、門把、水龍頭、馬桶及床舖的修改。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 5221-5223

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 2751-2753

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 8121-8123

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院 關心您！

AA000.252.2020.04 八修