

全身性紅斑性狼瘡

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

■ 什麼是全身性紅斑性狼瘡

全身性紅斑性狼瘡是一種原因不明的自體免疫系統疾病。免疫系統是人體對抗疾病的一種自然防衛機轉，正常情況下，有害的病原體侵入人體時，體內會產生抗體來對抗它。但狼瘡病人則是在沒有外來物質侵入的狀況下，自己產生某種抗體對抗自身的組織，引起發炎反應，進而破壞各個器官，是最典型的自體免疫疾病。

■ 發生率

最常發生在 15-40 歲之間的年輕女性，且女性罹病率是男性的 10 倍。

■ 可能出現的症狀(一)

- **一般症狀**：發燒、虛弱、疲倦、食慾不振。
- **關節**：關節壓痛、腫脹、灼熱、僵硬，但較少引起關節變形。

- **皮膚**：口腔潰瘍、不正常的掉髮、紅斑、圓盤斑：急性期臉頰及鼻樑有蝴蝶狀分佈的紅斑稱為蝴蝶斑。因為皮膚對光敏感，曝曬會引起血管擴張及皮膚發炎。

- **血管**：血管炎、雷諾氏現象。

- **雷諾氏現象**是指遇冷環境或情緒緊張時，血管收縮、血流減少造成四肢蒼白冰冷，之後會發紺、潮紅。

- **血液**：貧血、白血球降低、血小板減少。

- **腎臟**：尿液檢查中會發現蛋白尿或血尿，末期甚至會導致尿毒症。

■ 可能出現的症狀(二)

- **心臟**：較常見為心包膜發炎積水。

- **肺臟**：有少量肋膜積水，胸痛不適。

- **腦神經**：可能有頭痛，甚而抽搐情形。

■ 一般治療原則

- 定期評估病情及追蹤療效。

- 保持充沛體力。

- 避免曝曬陽光。

- 避免感染。
- 適當控制生育。

■ 常用藥物

- **非類固醇抗炎症藥物**：緩解肌肉、關節疼痛。此類藥物對腸胃刺激大，應於飯後使用；留意排便顏色是否變黑，若有腸胃不適應告知醫護人員。
- **類固醇藥物**：用於中樞神經系統受侵犯、腎病變、溶血性貧血、血小板減少、血管炎時。
- **免疫抑制劑**：抑制體內免疫反應。類固醇及免疫抑制劑會使抵抗力下降、易感染，若有發燒之情形應告知醫師。

特別叮嚀

- 不可自行將藥物中斷或減量，尤其類固醇及免疫抑制劑，須經由醫師的指示漸漸減量。

■ 日常保健(一)

- **皮膚保護**：避免陽光曝曬，早上十點到下午二點間避免外出，應擦防晒油及著長袖之衣物或撐傘，穿著棉質衣物。
- **保護關節**：勿過度使用正在疼痛的關節，疼痛厲害時，可適度塗抹外用止痛藥膏，及按醫囑服用止痛劑。注意四肢末梢循環，適度保暖。
- **預防感染**：注意個人衛生習慣。減少出入公共場所。如有發燒咳嗽等症狀應立即就醫，查明原因適當治療。
- **貧血及血小板減少時之處理**：
 - 血小板減少易造成瘀青或出血不止之情形，應小心活動、避免碰撞。每天檢視皮膚，注意皮膚有無瘀斑、出血跡象。貧血時可能頭暈、軟弱，應避免意外傷害發生。

■ 日常保健(二)

- 追蹤腎功能的變化：注意水腫及蛋白尿情形。腎功能不佳者應限制鹽分及植物性蛋白質的攝取。
- 培養良好的飲食及睡眠休息習慣：保持充沛體力，避免勞累；安排適當之休閒活動，緩和心理及生理壓力。

■ 全身性紅斑性狼瘡與懷孕

- 紅斑性狼瘡患者在病情穩定時可懷孕生子，但建議您與醫師討論，經由醫師判斷，於病情控制穩定的狀況下懷孕。
- 懷孕期間或餵母乳者，須在醫師密切追蹤下調整藥物劑量，以免影響胎兒及加劇病情。

■ 支持性團體

以下的組織都是由罹患紅斑性狼瘡之患者所組成，利用齊聚一堂的機會，交換彼此的醫療經驗和心得，在互相慰藉、扶持下，期望能走出更平坦的道路。

中華民國思樂醫之友協會 電話：(02)2873-4790

(02)2875-7521

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 8131-8132

或 8121-8122

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AA000.011.2014.03 六修