

中西医治疗与调养丛书

类风湿关节炎 治疗与调养

主编 蔡辉 姚茹冰



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中西医治疗与调养丛书

类风湿关节炎 治疗与调养

主 编 蔡 辉 姚茹冰

副主编 赵智明 刘春丽 赵凌杰 刘凌昕

编者单位

南京军区南京总医院

南京大学医学院临床学院

中西医结合科 风湿免疫专科

南京军区中西医结合中心



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

类风湿关节炎治疗与调养/蔡辉,姚茹冰主编.-北京:人民军医出版社,2015.6
(中西医治疗与调养丛书)

ISBN 978-7-5091-8380-9

I.①类… II.①蔡… ②姚… III.①类风湿性关节炎—中医治疗法 ②类风湿性关节炎—防治 IV.①R259.932.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第096970号

策划编辑:马莉 文字编辑:陈娟 责任审读:王三荣

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市100036信箱188分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300-8036

网址:www.pmmp.com.cn

印、装:北京国马印刷厂

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:12.5 字数:221千字

版、印次:2015年6月 第1版 第1次印刷

印数:0001-3500

定价:30.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

类风湿关节炎是一种致残率较高的疾病，疾病晚期严重影响患者的生活质量，早预防、早治疗是控制疾病的关键。本书采用问答形式，针对病人关心的问题，介绍类风湿关节炎的基础知识、病因及发病机制、临床表现、辅助检查、诊断及鉴别诊断、药物治疗、康复锻炼、中医诊疗及生活调养等。作者结合中、西医治疗类风湿的临床经验，为病人提供诊疗帮助。本书适合广大类风湿关节炎患者及家属阅读。

编著者名单

主 编 蔡 辉 姚茹冰

副主编 赵智明 刘春丽 赵凌杰 刘凌昕

编 委 (以姓氏笔画为序)

王圆圆 朱凯媛 刘春丽 刘凌昕 李 娇

李 静 杨路昕 沈思钰 张 静 张玉萍

张蓓蓓 张群燕 陆 乐 林彤彤 郁 郁

赵春江 赵凌杰 赵智明 姚启凤 姚茹冰

郭郡浩 常文静 商 玮 董晓蕾 蔡 辉

蔡佳宇

前言

类风湿关节炎是以关节炎症为主要表现的疾病，并可累及多个系统，具有病情复杂、病程长、致残率高的特点，现今普遍认为本病是一种疼痛和炎症难以完全控制，有可能逐渐演变至残疾的慢性疾病，常需要长期甚至终身治疗，并且功能锻炼、饮食治疗、心理调适等必不可少。

随着人民群众物质文化水平的提高，越来越多的人需要了解更多的疾病相关知识，配合医生更好地治疗和控制疾病。诊疗过程中医患双方对医学知识认识 and 理解的“信息不对称”，影响了患者与医生的有效沟通。鉴于此，我们精心编写此书。本书通过一问一答的形式，为医务工作者和患者搭建一个医患沟通的平台，就患者关心的问题，一一给以解答，主要包括类风湿关节炎的基础知识、疾病病因及发病机制、临床表现、实验室及辅助检查、诊断及鉴别诊断、药物治疗、康复锻炼、中医诊疗及生活调护等方面，并结合我科多年中西医结合诊治类风湿关节炎的临床经验，汇编成书以飨读者。本书内容丰富新颖，科学性、实用性较强，为类风湿关节炎患者认识和战胜疾病提供帮助。书中所列问题均来自临床实践，有助于关注类风湿关节炎的临床医生更好地服务患者。书中所列治疗方法及药物仅供理解相关内容之用，不作为用药依据，治疗方案必须要在医生指导下实施。

希望通过阅读本书，增加患者及家属对类风湿关节炎的全面了解，科学求医，早日恢复健康。对于书中内容不当之处，恳请同道及读者不吝赐教，惠予匡正。

蔡 辉 姚茹冰

于南京军区南京总医院

2015年3月

目 录

一、类风湿关节炎的基础知识 / 1

1. 什么是关节? ——你了解关节吗? / 3
2. 什么是滑膜关节? ——结构和功能 / 3
3. 关节有哪些辅助结构? / 4
4. 什么是滑膜和滑液? ——营养、润滑关节 / 4
5. 什么是关节炎? / 5
6. 关节炎是如何分类的? / 5
7. 类风湿关节炎是一种什么病? ——不仅仅侵犯关节 / 5
8. 类风湿关节炎的历史 / 6
9. 类风湿关节炎的发病特点 / 6
10. 哪些人易患类风湿关节炎? ——谁是高危人群? / 6
11. 类风湿关节炎有哪些危险因素? / 6
12. 多关节疼痛不等于类风湿关节炎 / 7
13. 工作紧张会患类风湿关节炎吗? / 7
14. 吹空调会患类风湿关节炎吗? / 7
15. 严重精神创伤后会患类风湿关节炎吗? / 7
16. 肠炎后会患类风湿关节炎吗? / 8
17. 感冒后会患类风湿关节炎吗? / 8
18. 类风湿关节炎好发的性别及年龄 / 8
19. 为什么女性易患类风湿关节炎? / 9
20. 类风湿关节炎对患者工作生活有影响吗? / 9
21. 类风湿关节炎对患者寿命有影响吗? / 9

二、类风湿关节炎的病因及发病机制 / 11

1. 发病原因有哪些? / 13
2. 会遗传给下一代吗? / 13
3. 类风湿关节炎发病与感染有什么关系? 会传染吗? / 13

4. 类风湿关节炎发病与环境的关系 / 13
5. 气候变化诱发或加重类风湿关节炎 / 14
6. 吸烟加重患类风湿关节炎的风险 / 14
7. 类风湿关节炎与内分泌因素有什么关系? / 14
8. 为什么女性发病率比男性高? / 15
9. 分娩后女性为什么发病率高? / 15
10. 科研新发现——类风湿关节炎与大脑分泌激素有关 / 16
11. 弱体质人患病风险加大 / 16
12. 食物或药物过敏可诱发类风湿关节炎 / 16
13. 劳累可加重疾病 / 16
14. 类风湿关节炎的病因探究 / 16
15. 类风湿关节炎的病理表现 / 17
16. 为什么会发生关节滑膜炎? / 17
17. 软骨破坏发生的机制是什么? / 18
18. 骨侵蚀造成关节损伤 / 18

三、类风湿关节炎的临床表现 / 19

1. 类风湿关节炎发病特点是什么? / 21
2. 类风湿关节炎发病方式有哪几种? / 21
3. 类风湿关节炎的病程进展及表现 / 21
4. 关节病变的表现特点 / 22
5. 什么是晨僵?——类风湿关节炎的重要诊断依据之一 / 23
6. 为什么会发生晨僵? / 23
7. 出现关节晨僵一定是类风湿关节炎吗? / 24
8. 发生关节肿胀的原因是什么? / 24
9. 为什么会产生活动受限? / 24
10. 关节疼痛和压痛的原因是什么? / 25
11. 关节游走性疼痛有何特点? / 25
12. 出现肌肉萎缩或肌无力的原因 / 25
13. 手足关节是重要的病变部位 / 26
14. 关节畸形就是类风湿关节炎吗? / 26
15. 类风湿关节炎患者关节一定会畸形吗? / 27

16. 关节畸形有哪几种表现? / 27
17. 手部畸形有哪些特点? / 27
18. 为什么会发生关节畸形? / 28
19. 怎样防止关节畸形加重? / 28
20. 关节功能障碍如何分级? / 29
21. 类风湿关节炎为什么会发生骨质疏松? / 29
22. 主要的受累关节有哪些? 是否只侵犯关节? / 29
23. 患者为什么会出现“腕管综合征”? / 30
24. 为什么会影响双手的握力? / 30
25. 患者双手小关节特征性畸形有哪些? / 30
26. 什么是“天鹅颈”畸形? / 30
27. 发生“纽扣花”畸形的原因是什么? / 31
28. 什么是“望远镜”手? / 31
29. 患者肘关节受累主要有哪些表现? / 31
30. 患者肩关节受累主要有哪些表现? / 31
31. 患者髋关节受累主要有哪些表现? / 32
32. 患者膝关节受累主要有哪些表现? / 32
33. 患者足关节受累主要有哪些表现? / 32
34. 患者颈椎受累主要有哪些表现? / 33
35. 为什么会引起“寰枢关节”脱位? 有哪些风险? / 33
36. 患者颞颌关节受累有哪些表现? / 34
37. 患者环杓关节受累有哪些表现? / 34
38. 患者听小骨受累有哪些表现? / 34
39. 关节外的损害有哪些? / 34
40. 为什么会出现关节外损害? / 35
41. 关节损害不可怕, 可怕的是内脏损害 / 35
42. 哪些患者更容易出现内脏损伤? / 35
43. 皮肤损伤有哪些表现? / 36
44. 类风湿结节是什么? 主要发生在哪些部位? / 36
45. 为什么会发生类风湿结节? / 37
46. 类风湿关节炎合并感染有哪些因素? / 37
47. 类风湿关节炎会并发恶性肿瘤吗? 常见的有哪些肿瘤? / 37

48. 引起贫血的原因 / 38
49. 血液系统的并发症有哪些? / 38
50. 类风湿关节炎并发血管炎有哪些表现? / 38
51. 为什么会并发血管炎? / 39
52. 肺部病变有哪些? / 39
53. 肾脏损害有哪些? / 39
54. 心血管的并发症有哪些? / 40
55. 类风湿关节炎消化系统损伤有哪些? / 40
56. 类风湿关节炎会出现神经病变吗? / 41
57. 类风湿关节炎会发生瘫痪吗? / 41
58. 患者眼睛会发生损害吗? / 41
59. 患者为什么会出现淋巴结肿大? / 42
60. 何谓费尔蒂综合征? 有哪些特点? / 42

四、类风湿关节炎的实验室检查及辅助检查 / 43

1. 患者需做哪些实验室检查? / 45
2. 抽血化验检查会出现哪些异常? / 45
3. 为什么会出现血小板增高? / 45
4. 检测C反应蛋白说明什么? / 45
5. 什么是血沉? 血沉增快见于哪些情况? / 46
6. 为什么会出现血沉增快? / 46
7. 哪些指标是“自身抗体”? “自身抗体”异常说明什么? / 47
8. 什么是类风湿因子? / 47
9. 为什么要检测类风湿因子? / 47
10. 类风湿因子阳性说明什么? / 48
11. 为什么要检测类风湿因子的滴度? / 48
12. 测定类风湿因子对诊断有什么帮助? / 48
13. 什么是“抗角蛋白抗体”? 为什么要检测“抗角蛋白抗体”? / 49
14. 什么是“抗核周因子”, 为什么要检测“抗核周因子”? / 49
15. 什么是“抗环瓜氨酸多肽抗体”, 检测目的是什么? / 50
16. 什么是“抗Sa抗体”? 检测意义是什么? / 50
17. 检测类风湿关节炎相关核抗原抗体有什么作用? / 50

18. “Ⅱ型胶原抗体”的检测意义是什么? / 51
19. 什么是补体? 在类风湿关节炎患者中有何变化? / 51
20. 什么是免疫球蛋白? / 51
21. 测定免疫球蛋白有何意义? / 52
22. 什么是抗核抗体? / 52
23. 为什么要检测“抗核抗体”? / 52
24. 什么是抗“O”? / 53
25. 患者是否需要检测抗“O”指标? / 53
26. 什么是“免疫复合物”, 对类风湿关节炎有何意义? / 53
27. 类风湿关节炎主要的辅助检查有哪些? / 54
28. 患者要做哪些影像学检查? 各有什么特点? / 54
29. X线检查可发现什么异常情况? / 54
30. 类风湿关节炎X线是怎样分期的? / 55
31. 类风湿关节炎X线是如何分级的? / 55
32. 为什么要反复多次做X线摄片检查? / 55
33. 做CT检查有何诊断意义? / 55
34. MRI与X线、CT相比有哪些优势? 可发现哪些异常情况? / 56
35. 超声检查的诊断意义是什么? / 56
36. 超声检查会发现哪些异常? / 56
37. 类风湿关节炎的侵入性检查有哪些? / 57
38. 为什么要做关节滑液检查? / 57
39. 什么是关节镜检查? / 57
40. 关节镜检查有什么作用? / 58

五、类风湿关节炎的诊断 / 59

1. 类风湿关节炎近年常用的诊断标准有哪些? / 61
2. 1987年美国风湿病学会(ACR)修订的分类标准是什么? / 61
3. 2010年美国风湿病学会(ACR) / 欧洲抗风湿病联盟(EULAR)分类标准是什么? / 61
4. 1987年美国风湿病学会(ACR)修订的分类标准用于诊断类风湿关节炎有哪些不足? / 62
5. 如何诊断早期类风湿关节炎? / 63

6. X线检查能否诊断早期类风湿关节炎? / 63
7. 什么是难治性类风湿关节炎? / 63
8. 类风湿关节炎的病程自然经过 / 64
9. 单关节及少关节发病是否可诊断类风湿关节炎? / 64

六、类风湿关节炎的特殊类型及预后 / 65

1. 类风湿关节炎的罕见类型有哪些? / 67
2. 未分化关节炎有何特点? / 67
3. 类风湿因子阴性的病人有何特点? / 67
4. 反复、间歇发作的关节炎有何特点? / 67
5. 运动员或体力劳动者关节炎有何特点? / 68
6. 病人突发手背水肿、腕关节滑囊炎、手指腱鞘炎,但类风湿因子阴性是什么病? / 68
7. 老年性类风湿关节炎有何特点? / 68
8. 类风湿关节炎患者能结婚吗? / 68
9. 类风湿关节炎患者能怀孕吗?什么情况下可以怀孕? / 69
10. 类风湿关节炎患者怀孕前要注意什么? / 69
11. 妇女妊娠期类风湿关节炎会加重吗? / 70
12. 妊娠期类风湿关节炎会发生哪些变化? / 70
13. 为什么妇女产后类风湿关节炎会加重? / 70
14. 为什么类风湿关节炎容易反复发作? / 70
15. 如何预防类风湿关节炎的发生? / 71
16. 不要轻信“根治”,控制病情达到临床治愈 / 72
17. 打破“绝症”魔咒,早诊断、早治疗,控制病情发展 / 72
18. 类风湿关节炎的病死率高吗? / 72
19. 哪些原因导致预后不好? / 73
20. 类风湿关节炎的预后如何? / 73

七、类风湿关节炎的鉴别诊断 / 75

1. 类风湿关节炎与感染性关节炎的区别 / 77
2. 类风湿关节炎与强直性脊柱炎是同一种疾病吗?如何区别二者? / 77
3. 类风湿关节炎与强直性脊柱炎会同时发生吗? / 78

4. 什么是瑞特综合征, 与类风湿关节炎有何不同? / 79
5. 什么是反应性关节炎, 与类风湿关节炎有何不同? / 80
6. 什么是银屑病关节炎, 如何与类风湿关节炎区别? / 81
7. 为什么痛风易误诊为类风湿关节炎? / 81
8. 风湿性关节炎和类风湿关节炎是同一种疾病吗? / 82
9. 骨关节炎和类风湿关节炎应如何区别? / 83
10. 更年期关节炎与类风湿关节炎有何不同? / 83
11. 为什么患者会出现干燥综合征? / 84
12. 什么是“系统性红斑狼疮”病, 如何与类风湿关节炎鉴别? / 84

八、类风湿关节炎的治疗 / 87

1. 首先要明确类风湿关节炎的治疗目的 / 89
2. 类风湿关节炎的治疗原则是什么? / 89
3. 做好生活调养也很重要 / 90
4. 哪些药物可治疗类风湿关节炎? 一、二、三线药是什么? / 90
5. 治疗有“黄金期”吗? 抓住“黄金期”效果更佳 / 90
6. 为什么要联合用药? 会不会增加药物毒性? / 91
7. 联合用药的原则是什么? / 91
8. 什么是强化治疗? 什么情况下采取强化治疗? / 91
9. 疾病缓解期还需要继续治疗吗? / 91
10. 药物治疗什么时间开始起效? 不要轻信“立即见效”的虚假广告宣传 / 92
11. 为什么要规范化治疗? 不要有病乱投医 / 92
12. 如何规范化治疗? / 92
13. 每个人的个体不同, 治疗效果会因人而异 / 93
14. 如何个体化治疗? / 93
15. 病人需要终身服药吗? / 93
16. 什么叫“非甾体类”抗炎药? / 93
17. 非甾体类抗炎药分几类? 各有哪些常用药? / 94
18. 非甾体类抗炎药为什么有抗炎镇痛解热作用? / 94
19. 类风湿关节炎常用的非甾体类抗炎药有哪些? / 94
20. 非甾体类抗炎药有哪些新药? / 95
21. 非甾体类抗炎药治疗类风湿关节炎效果如何? / 95



22. 非甾体类抗炎药如何个体化（因人而异）用药？ / 95
23. 如何合理使用非甾体类抗炎药？ / 96
24. 合并胃溃疡病人如何选用非甾体类抗炎药？ / 96
25. 非甾体类抗炎药可以外用（乳胶剂或贴剂）治疗吗？ / 97
26. 两种以上的非甾体类抗炎药合用能提高疗效吗？ / 97
27. 非甾体类抗炎药有哪些副作用？ / 97
28. 如何预防非甾体类抗炎药的副作用？ / 97
29. 关节不痛了还要继续服用非甾体类抗炎药吗？ / 98
30. 非甾体类抗炎药与其他药物之间会相互影响吗？ / 98
31. 什么是缓解病变的抗风湿药？主要有哪些药物？ / 99
32. 什么是免疫抑制药？哪些免疫抑制药用于治疗类风湿关节炎？ / 100
33. 什么是慢作用抗风湿药物？ / 100
34. 为什么要联合慢作用药物治疗，常用治疗方案有哪些？ / 100
35. 类风湿关节炎缓解期还需要继续治疗吗？ / 101
36. 甲氨蝶呤为什么能用来治疗类风湿关节炎？ / 101
37. 甲氨蝶呤是治疗类风湿关节炎的首选药物之一 / 102
38. 如何使用甲氨蝶呤治疗？ / 102
39. 甲氨蝶呤会有哪些不良反应？ / 103
40. 应用甲氨蝶呤要注意哪些事项？ / 103
41. 服用甲氨蝶呤的同时为什么要补充叶酸？ / 104
42. 服用甲氨蝶呤时如何补充叶酸？ / 104
43. 柳氮磺胺吡啶如何治疗类风湿关节炎？ / 104
44. 怎样使用柳氮磺胺吡啶治疗？ / 105
45. 柳氮磺胺吡啶有哪些不良反应？ / 105
46. 应用柳氮磺胺吡啶有哪些注意事项？ / 106
47. 来氟米特如何治疗类风湿关节炎？ / 106
48. 如何使用来氟米特治疗类风湿关节炎？ / 107
49. 来氟米特会有哪些不良反应？ / 107
50. 应用来氟米特的注意事项有哪些？ / 107
51. 硫酸羟氯喹如何治疗类风湿关节炎？ / 108
52. 如何使用羟氯喹治疗类风湿关节炎？ / 108
53. 羟氯喹会有哪些不良反应？ / 109

- 54. 应用羟氯喹有哪些注意事项? / 109
- 55. 金子做药为什么能治疗类风湿关节炎? / 110
- 56. 患者怎样合理应用注射金或口服金制剂? / 110
- 57. 金制剂会出现哪些不良反应? / 110
- 58. 应用金制剂有哪些注意事项? / 111
- 59. 抗癌药物环磷酰胺如何治疗类风湿关节炎? / 111
- 60. 如何使用环磷酰胺治疗? / 111
- 61. 环磷酰胺会有哪些不良反应? / 112
- 62. 环孢素如何治疗类风湿关节炎? / 112
- 63. 服用环孢素会有哪些不良反应? / 112
- 64. 糖皮质激素有哪些常见的副作用? / 113
- 65. 应用糖皮质激素有哪些注意事项? / 113
- 66. 如何使用糖皮质激素治疗? / 114
- 67. 怎样合理应用糖皮质激素? / 114
- 68. 为什么在急性发作期用激素治疗? / 114
- 69. 关节腔内注射激素的作用是什么? / 115
- 70. 局部注射糖皮质激素的注意事项 / 115
- 71. 关节腔内注射哪些药物治疗类风湿关节炎? / 115
- 72. 长期服用糖皮质激素的患者如何减量与停药? / 116
- 73. 艾拉莫德如何治疗类风湿关节炎? / 117
- 74. 如何使用艾拉莫德治疗? / 117
- 75. 艾拉莫德有哪些不良反应? / 117
- 76. 应用艾拉莫德要注意哪些事项? / 117
- 77. 什么是免疫调节剂? 临床用的免疫调节剂有哪些? / 118
- 78. 胸腺肽治疗类风湿关节炎效果如何? / 118
- 79. 抗生素治疗类风湿关节炎效果如何? / 119
- 80. 什么是生物制剂? / 119
- 81. 治疗风湿性疾病的生物制剂有哪些? / 120
- 82. 生物制剂治疗类风湿关节炎前景如何? / 121
- 83. 不同生物制剂可以联合治疗类风湿关节炎吗? / 121
- 84. 生物制剂与传统药物治疗相比有何特点? / 121
- 85. 生物制剂可以联合传统药物治疗类风湿关节炎吗? / 121

86. 为什么要尽早使用生物制剂治疗? / 122
87. 为什么肿瘤坏死因子抑制剂可用于治疗类风湿关节炎? / 122
88. 常用的肿瘤坏死因子抑制剂主要有几种? / 123
89. 肿瘤坏死因子抑制剂治疗的安全性如何? / 123
90. 哪些患者不宜使用肿瘤坏死因子抑制剂治疗? / 124
91. 肿瘤坏死因子抑制剂有哪些不良反应? / 124
92. 如何应用依那西普治疗类风湿关节炎? / 125
93. 依那西普不良反应有哪些? / 125
94. 如何应用英夫利昔单抗治疗类风湿关节炎? / 125
95. 英夫利昔单抗不良反应有哪些? / 125
96. 如何应用阿达木单抗治疗类风湿关节炎? / 126
97. 阿达木单抗不良反应有哪些? / 126
98. 肿瘤坏死因子抑制剂治疗类风湿关节炎会增加癌症风险吗? / 126
99. 患者在怀孕前如何调整治疗药物? / 126
100. 患者在妊娠期如何选择治疗药物? / 127
101. 难治性类风湿关节炎如何治疗? / 128
102. 服用类风湿关节炎药物的注意事项 / 128
103. 类风湿关节炎可以手术治疗吗? / 129
104. 患者手术治疗有何好处? / 129
105. 在什么情况下适合手术治疗? / 129
106. 常用外科手术有哪几种? / 130
107. 患者手术治疗前要做哪些准备工作? / 130
108. 患者手术治疗前要做哪些心理准备? / 131
109. 患者手术对用药有哪些特殊要求? / 131
110. 为什么手术前要保护好皮肤? / 132
111. 手术前应怎样处理潜在的感染灶? / 132
112. 患者手术前为何要做好肌力准备? / 132
113. 患者应先做哪个关节手术比较好? / 133
114. 为什么可以应用滑膜切除术治疗? / 133
115. 类风湿关节炎滑膜切除手术方法有哪些? / 134
116. 滑膜切除术疗效如何? / 134
117. 什么情况下可做滑膜切除术? / 134

- 118. 哪些关节病变适宜做滑膜切除术? / 135
- 119. 类风湿结节可以手术切除吗? / 135
- 120. 哪些患者适合做关节矫形术? / 136
- 121. 什么是人工关节置换术? / 136
- 122. 人工关节置换术治疗效果如何? / 136
- 123. 人工关节置换术后会有哪些并发症? / 137
- 124. 什么情况下可以考虑人工关节置换? / 137
- 125. 什么是关节融合术? / 137
- 126. 类风湿关节炎术后会遇到哪些问题? / 138
- 127. 什么是免疫清除治疗? / 138
- 128. 如何应用血浆置换治疗? / 138
- 129. 免疫吸附与血浆置换治疗相比有何特点? / 139
- 130. 什么是免疫重建治疗? / 139
- 131. 哪些患者可以用免疫重建治疗? / 139
- 132. 采用免疫清除或免疫重建治疗作用如何? / 140

九、类风湿关节炎的康复治疗 / 141

- 1. 怎样进行关节炎影响程度的测量? / 143
- 2. 健康评估问卷(HAQ)作为类风湿关节炎常用的自我评估工具,具体内容是什么? / 144
- 3. 患者日常生活活动能力如何评定? / 146
- 4. 静卧休息和活动,哪种生活方式对病情康复有益? / 146
- 5. 康复治疗对类风湿关节炎患者重要吗? / 147
- 6. 患者的康复治疗有哪些? / 147
- 7. 患者为什么要进行康复锻炼? / 147
- 8. 患者运动方案的制订需遵循哪些原则? / 148
- 9. 如何进行日常生活活动的训练? / 148
- 10. 什么是被动运动和主动运动锻炼? / 149
- 11. 患者的关节最佳功能位是什么? / 149
- 12. 患者如何做手部关节锻炼? / 149
- 13. 患者可以做物理治疗吗? / 150
- 14. 常用物理疗法有哪些? / 150