

用一次挂号的钱请来专家 解答您所有对类风湿关节炎的疑问

类风湿关节炎门诊

LEIFENGSHIGUANJIEYAN MENZHEN BAIWEN BAIDA

百问百答

主编◎张剑勇 万力生

权威专家

100 Q&A

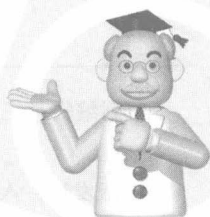
详尽解答

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

类风湿关节炎门诊

LEIFENGSHI GUANJIEYAN MENZHEN BAIWEN BAIDA

百问百答



主 编 张剑勇 万力生

副主编 高建华 邱 侠 钟 力

编著者 (以姓氏笔画为序)

万力生 刘题章 肖 敏 肖语雅

邱 侠 张剑勇 张燕英 陈敏庄

陈德黎 钟 力 徐 姗 高建华

黄 晶

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

类风湿关节炎门诊百问百答/张剑勇, 万力生主编. —北京:
人民军医出版社, 2008.7

ISBN 978-7-5091-1903-7

I. 类… II. ①张…②万… III. 类风湿性关节炎—诊
疗—问答 IV. R593.22-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 085007 号

策划编辑: 王 琳 文字编辑: 王久红 责任审读: 张之生

出 版 人: 齐学进

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)51927270; (010)51927283

邮购电话: (010)51927252

策划编辑电话: (010)51927409

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 北京天宇星印刷厂 装订: 京兰装订有限公司

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 7.375 字数: 161 千字

版、印次: 2008 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~4500

定价: 19.80 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



类风湿关节炎是以一个累及周围关节为主的多系统炎症性的自身免疫性疾病。目前临床上尚缺乏根治及预防本病的有效措施，有人称之为不死的癌症，说明其危害性非常大，如果不积极治疗，致残率很高。这在影响患者本人的生活质量的同时，也给患者的家人带来无尽的烦恼。中西医结合疗法能有效地调节机体免疫功能，提高疗效，明显减少单纯西药治疗的药物不良反应，最大限度地发挥医生的潜能，医、患结合，运用综合优势，为患者解除病痛。

本书针对类风湿关节炎患者及其家属最关心的问题，采用一问一答的方式向读者介绍类风湿关节炎的相关知识。所有搜集的问题都是患者最关心、最常见、最具代表性的，从类风湿关节炎的危害、病因和发病机制、诊断及鉴别诊断到中医疗法、西医疗法、饮食疗法、运动疗法和预防措施均做了详尽的介绍。本书内容通俗易懂、精炼丰富，形式生动活泼，适合广大患者及其家属阅读，相信也是在校医学生和医学爱好者有益的参考书。



前言



类风湿关节炎 (rheumatoid arthritis, RA) 是一种病因尚未明了的慢性、异质性、系统性的常见病, 属自身免疫性疾病。类风湿关节炎分布于所有的种族和地区, 病人遍及全球, 以温带、亚热带和寒带地区多见, 热带地区少见。在气温和湿度变化大的北欧、美国、英国、瑞典、意大利、法国、俄罗斯、芬兰等国家和地区较多。据美国健康中心的调查, 全美约有 360 万人患有类风湿关节炎, 近年估计已增加到近 500 万人。国外统计的发病率为 0.5%~3%。现在, 世界上没有一个国家或地区完全无类风湿关节炎病人, 就连最炎热的国家之一巴西, 患病率也有 0.1%, 全世界患病率平均为 1% 左右。我国的类风湿关节炎流行病学调查初步结果是: 患病率为 0.3%~0.5%, 女性比男性高 2~3 倍; 发病率随年龄的增长而增高, 常于 40~50 岁发病, 儿童发病率为 10/10 万~20/10 万。虽然我国类风湿关节炎的患病率较西方国家为低, 但我国人口众多, 粗略计算有 360 万~600 万类风湿关节炎病人。类风湿关节炎是造成我国人群丧失劳动力与致残的主要原因之一。约 45% 的病例关节部位炎症持续活动, 最终发展成不同程度的关

节畸形；大约 10% 的病例为重症，最终发展成完全残疾，不得不卧床或在轮椅上生活，极度地影响其工作、劳动和日常生活，对家庭和社会造成沉重的负担。

中西医结合疗法能有效地调节机体免疫功能，提高疗效，减轻肝、肾损伤，减少单纯西药治疗时的不良反应。同时酌情选用外敷、针灸、理疗、熏蒸、药浴等传统疗法，可以更好地改善症状，缓解病痛，最大限度地发挥医生的潜能，为患者解除病痛。这样传统医学与现代医学相结合，辨病与辨证相结合，局部与整体相结合，微观与宏观相结合，扶正与祛邪相结合，医生与患者相结合，形成新的疾病观与治疗思想。

患类风湿关节炎的病人也不必过于担心，因为类风湿关节炎是可以控制的，经过合理、有效的治疗，类风湿关节炎病人也可以像正常人一样生活。但是类风湿关节炎的治疗是一个漫长的过程，需要医生和病人双方积极、良好地配合，才能在治疗上产生良好的效果。为了使类风湿关节炎患者能够更好、更多地了解类风湿关节炎的相关知识，我们精心编著了这本《类风湿关节炎门诊百问百答》。这是一本综合性的生活用书，内容丰富，知识广博，突出了知识性、实用性、趣味性，不仅能为患者解决日常生活中的种种难题，而且可帮助大家养成科学的生活方式。

促进病情尽快缓解，尽量不留后遗症和少留后遗症，将疾病的危害降到最低限度。这是我们编写本书的初衷，也是我们要努力达到的目标。希望本书能够成为广大类风湿关节炎患者及其家属的良师益友。

张剑勇 万力生
2008 年 1 月 15 日

目 录

第一章 危害

1

1. 类风湿关节炎是什么样的疾病 2
2. 容易患类风湿关节炎的是哪些人 3
3. 类风湿关节炎能彻底治愈吗 3
4. 多个关节疼痛就是类风湿关节炎吗 4
5. 引起类风湿关节炎患者关节畸形的原因是什么 5
6. 类风湿关节炎仅仅是关节病变吗 6
7. 类风湿关节炎与遗传有关吗 7
8. 什么是幼年类风湿关节炎 8
9. 什么是全身型幼年类风湿关节炎 9
10. 全身型幼年类风湿关节炎预后如何 10
11. 幼年类风湿关节炎对儿童的生长发育有影响吗 11
12. 什么是类风湿血管炎 11
13. 类风湿关节炎患者能结婚吗 12
14. 类风湿关节炎患者怀孕、生育会受影响吗 13
15. 类风湿关节炎患者怀孕时需要注意什么 14
16. 类风湿关节炎患者可以母乳喂养孩子吗 15

17. 类风湿关节炎患者寿命会受影响吗	15
18. 类风湿关节炎患者都死于哪些原因	16
19. 类风湿关节炎的预后怎么样	16

第二章 病因

18

1. 我国类风湿关节炎患病情况到底如何	19
2. 世界各国类风湿关节炎患病情况如何	19
3. 类风湿关节炎的确切病因是什么	20
4. 类风湿关节炎的发病机制是什么	21
5. 类风湿关节炎的主要病理改变是什么	22
6. 类风湿关节炎会遗传给下一代吗	23
7. 类风湿关节炎的诱发因素还有哪些	23
8. 类风湿关节炎好发于哪个年龄段? 男女患病率有 差别吗	24
9. 什么人易患类风湿关节炎	25
10. 肠炎后会得类风湿关节炎吗	26
11. 吸烟会诱发类风湿关节炎吗	27
12. 吹空调会诱发类风湿关节炎吗	28
13. 感冒后会得类风湿关节炎吗	28
14. 营养不良会得类风湿关节炎吗	29
15. 遭遇重大刺激后会发生类风湿关节炎吗	30
16. 房间潮湿会诱发类风湿关节炎吗	30
17. 工作紧张会得类风湿关节炎吗	31
18. 妇女妊娠期类风湿关节炎会加重吗	32
19. 类风湿关节炎病人产后病情会加重吗	33
20. 为什么阴雨天类风湿关节炎会加重	33
21. 为什么渔民中类风湿关节炎发病率较高	35
22. 绝经期雌激素缺乏影响类风湿关节炎吗	35
23. 咖啡与类风湿关节炎有关吗	36

24. 口服避孕药可以降低患类风湿关节炎的危险吗	37
--------------------------------	----

第三章 是否患病

39

1. 类风湿关节炎的诊断标准是什么	41
2. 早期类风湿关节炎的诊断标准是什么	42
3. 类风湿关节炎的关节症状都有哪些	43
4. 类风湿关节炎有没有分期	45
5. 类风湿关节炎如何与风湿性关节炎相鉴别	46
6. 类风湿关节炎如何与其他风湿病相鉴别	47
7. 恶性类风湿关节炎有什么特点	48
8. 类风湿关节炎的临床病程分为哪几种类型	49
9. 类风湿因子阴性是不是可以排除类风湿关节炎	50
10. 类风湿因子阳性是不是可以肯定为类风湿关节炎	50
11. 类风湿关节炎起病方式有哪几种	51
12. 血沉加快能说明类风湿关节炎病情活动吗	51
13. 类风湿关节炎关节功能分级标准是什么	52
14. 什么叫晨僵? 如何计算晨僵时间及有何意义	52
15. 类风湿关节炎的种类有哪几种	53
16. 类风湿关节炎有哪些心脏表现	55
17. 类风湿关节炎有哪些肺部表现	56

第四章 西医疗法

57

1. 类风湿关节炎是不是绝症	59
2. 类风湿关节炎治疗的总体原则是什么	60
3. 类风湿关节炎治疗的具体原则是什么	61
4. 类风湿关节炎的治疗目的是什么	62
5. 类风湿关节炎治疗的总体措施是什么	63
6. 如何治疗活动期的类风湿关节炎	64
7. 类风湿关节炎缓解期还要继续治疗吗	65

8. 类风湿关节炎缓解期应该如何治疗 66
9. 为什么类风湿关节炎要长期治疗 68
10. 为什么要重视类风湿关节炎缓解期的治疗 69
11. 类风湿关节炎能服用非甾体抗炎药吗 69
12. 类风湿关节炎如何使用非甾体抗炎药 70
13. 非甾体抗炎药一般多久起效 72
14. 常用非甾体抗炎药包括哪些 73
15. 合并胃溃疡时应选用哪种非甾体抗炎药较为合适 ... 74
16. 可以同时使用两种非甾体抗炎药治疗吗 74
17. 可以继续服用非甾体抗炎药吗 75
18. 关节不痛了还要吃非甾体抗炎药吗 76
19. 非甾体抗炎药与其他药物之间会互相影响吗 77
20. 非甾体抗炎药还有其他副作用吗 78
21. 如何防止非甾体抗炎药的胃肠道副作用 80
22. 类风湿关节炎能用激素药物吗 81
23. 为什么在类风湿关节炎急性发作期要用激素药物 ... 82
24. 类风湿关节炎有必要使用大剂量激素吗 83
25. 如何评价长效激素治疗方法 84
26. 关节腔穿刺注射激素有什么副作用 85
27. 类风湿关节炎缓解期应如何使用激素药物 86
28. 类风湿关节炎使用激素药物应注意什么 87
29. 激素有哪些副作用 89
30. 哪些类风湿关节炎患者不宜服用激素 90
31. 治疗类风湿关节炎的西药不良反应有哪些 91
32. 抗风湿药物有哪些注意事项 92
33. 服用抗风湿药物应当注意什么 94
34. 慢作用药是什么药物 95
35. 为什么类风湿关节炎要用免疫抑制药 96
36. 类风湿关节炎常用的免疫抑制药有哪些 97

37. 免疫抑制药的副作用有哪些	98
38. 使用免疫抑制药应注意什么	99
39. 为什么要用甲氨蝶呤进行治疗呢	100
40. 甲氨蝶呤应如何使用	102
41. 应用甲氨蝶呤时怎样补充叶酸呢	103
42. 治疗期间应注意甲氨蝶呤的哪些副作用	104
43. 来氟米特治疗类风湿关节炎效果如何	105
44. 来氟米特有哪些副作用	106
45. 羟氯喹可以用来治疗类风湿关节炎吗	107
46. 羟氯喹有哪些副作用	108
47. 柳氮磺吡啶应怎么使用才比较安全	109
48. 如何应用金制剂？它有哪些副作用	110
49. 如何应用硫唑嘌呤？它有哪些副作用	111
50. 青霉胺有哪些副作用	112
51. 环孢素治疗类风湿关节炎效果如何	113
52. 他克莫司有哪些副作用？如何应用	114
53. 酶酚酸酯可以治疗类风湿关节炎吗？如何应用	115
54. 慢作用药物可以联合应用吗	115
55. 怀孕期应如何治疗类风湿关节炎	117
56. 类风湿关节炎患者在怀孕前和妊娠期应如何 用药	118
57. 为什么要强调类风湿关节炎的治疗要规范化 与个体化	119
58. 类风湿关节炎能否进行关节腔注射	121
59. 类风湿关节炎能用抗生素吗	122
60. 类风湿结节可以开刀切除吗	122
61. 类风湿因子阳性需要治疗吗	123
62. 类风湿因子阳性如何治疗	124
63. 幼年类风湿关节炎的治疗原则是什么	125

64. 幼年类风湿关节炎应该如何治疗126
65. 哪些非甾体抗炎药可以用于幼年类风湿关节炎127
66. 幼年类风湿关节炎的患儿应如何使用激素128
67. 哪些慢作用药常用于幼年类风湿关节炎129
68. 难治性类风湿关节炎如何治疗130
69. 生物制剂的应用前景如何132
70. 目前治疗类风湿的生物制剂有哪些133
71. 类风湿关节炎患者如何使用生物制剂134
72. 肿瘤坏死因子拮抗药适用于每位类风湿关节炎患者吗135
73. 益赛普为什么能治疗类风湿关节炎137

第五章 中医疗法

138

1. 中医对类风湿关节炎有何认识140
2. 中医认为类风湿关节炎是如何发病的140
3. 中医认为类风湿关节炎的病机是什么141
4. 为什么岭南地区类风湿关节炎发病率高142
5. 类风湿关节炎如何分期辨治143
6. 类风湿关节炎急性期中医辨证分型有哪些144
7. 类风湿关节炎缓解期中医辨证分型有哪些145
8. 类风湿关节炎常见证候如何辨证治疗146
9. 类风湿关节炎的中成药有没有经过权威部门推荐的系列品种149
10. 类风湿关节炎常用的中成药有哪些151
11. 中药敷贴法、推拿、按摩在类风湿关节炎治疗中有什么意义152
12. 单方或验方能治疗类风湿关节炎吗154
13. 类风湿关节炎可以用中西医结合方法治疗吗155
14. 现代中医治疗类风湿关节炎的思路如何157

15. 中医治疗类风湿关节炎的原则是什么	159
16. 中医治疗类风湿关节炎都有哪些治法	161
17. 中医药治疗类风湿关节炎的临床效果如何	162
18. 治疗类风湿关节炎的中药有副作用吗	164
19. 中药治疗类风湿关节炎有免疫调节作用吗	165
20. 针灸能治疗类风湿关节炎吗	167
21. 蜂毒能治疗类风湿关节炎吗	167
22. 中晚期类风湿关节炎中医如何治疗	168
23. 中医对幼年类风湿关节炎有何认识	169
24. 中医如何治疗幼年类风湿关节炎	169
25. 类风湿关节炎能服用虫类药吗	171
26. 中医治疗类风湿关节炎需要补肾吗	172
27. 腹针可以治疗类风湿关节炎吗	173
28. 穴位注射可以治疗类风湿关节炎吗	174
29. 类风湿关节炎合并肺纤维化中医如何辨证治疗	175
30. 刮痧疗法可以治疗类风湿关节炎吗	176
31. 为什么要注重夏季调养类风湿关节炎	177

第六章 饮食疗法

179

1. 饮食调护对类风湿关节炎患者重要吗	180
2. 类风湿关节炎患者应如何使用饮食疗法呢	180
3. 类风湿关节炎患者如何使用药膳	182
4. 类风湿关节炎患者应如何去顾护脾胃的功能	183
5. 类风湿关节炎患者怎么正确调整饮食	185
6. 可能加重类风湿关节炎症状的食物有哪些	185
7. 类风湿关节炎患者饮药酒有什么好处	186
8. 类风湿关节炎患者如何根据自己的病情选配 药酒呢	187
9. 类风湿关节炎药粥有什么常用的方法	189

10. 药茶要如何配合类风湿关节炎的治疗 190
11. 类风湿关节炎患者需要补钙吗 191
12. 类风湿关节炎患者能吃蛇类食物吗 192
13. 类风湿关节炎患者能吃羊肉、狗肉吗 193
14. 类风湿关节炎患者可以多吃辣椒吗 194
15. 饮食疗法失败的主要原因是什么 195

第七章 预防措施

196

1. 如何预防类风湿关节炎的发生呢 197
2. 类风湿关节炎病人应该运动还是应该休息 198
3. 类风湿关节炎患者如何锻炼及何时开始锻炼 199
4. 类风湿关节炎病人的锻炼形式有哪些 200
5. 如何安排类风湿关节炎病人的运动疗法 202
6. 类风湿关节炎患者可以进行晨练吗 204
7. 如何调节饮食才能更好地预防类风湿关节炎的发病 205
8. 类风湿关节炎患者如何预防关节变形呢 206
9. 类风湿关节炎为什么在秋冬季节会加重 208
10. 为什么类风湿关节炎会反复复发 209
11. 性生活对类风湿关节炎会不会有影响 210
12. 类风湿关节炎患者做自我保健按摩有什么要注意的 212
13. 如何预防老年类风湿关节炎患者的发病 213
14. 幼年类风湿关节炎患儿及其父母应注意些什么 214
15. 类风湿关节炎患者的父母应如何进行心理辅导呢 216
16. 类风湿关节炎患者在日常生活的衣食住行中有什么需要注意的 217
17. 孕产妇该如何预防类风湿关节炎的复发呢 218

第一章 危害

类风湿关节炎被称之为不死的癌症，说明其危害性非常大，如果不积极治疗，致残率很高。由于长期患病，患者在承受着躯体痛苦的同时，也易罹患心理疾病，再加上昂贵的治疗费用，这既影响患者本人的生活质量，也给患者的家人带来不良影响。类风湿关节炎在中国的患病率为 0.36%，女性比男性高 2~3 倍，儿童发病率为 10~20/10 万。

类风湿关节炎是以对称性多关节炎为主要临床表现的系统性自身免疫性疾病。发病时可出现双手指间关节、掌指关节、双腕关节、双肘关节、双肩关节、双膝关节及髌、踝、足趾关节的肿痛，严重者还可出现血液、肺、心、肾等关节外的损害，如贫血、血小板增多、胸腔积液、间质性肺纤维化、心包炎、肾淀粉样变、神经受压迫、巩膜炎、血管炎等关节外症状。

幼年类风湿关节炎是儿童的一种特发性关节滑膜炎，伴周围软组织肿胀和渗出，是儿童时期风湿病中最常见的一种。幼年类风湿关节炎也是儿童致残或致盲的原因之一，所以充分认识到类风湿关节炎的危害性及早期治疗非常重要。

1

类风湿关节炎是什么样的疾病

✓ **病情背景：**我的一个阿姨是类风湿关节炎患者，听说这个病很严重。她的一些症状和我妈妈的症状很相似，都有关节红肿疼痛，所以我妈妈总担心自己也得了类风湿关节炎，前些日子到医院检查，说是得了风湿性关节炎，请问类风湿关节炎和风湿性关节炎是不是一回事？类风湿关节炎是什么样的疾病？

d 答：类风湿关节炎是一种以慢性多发性关节炎为主要表现的全身性疾病。一般认为该病是由于自身免疫反应引起滑膜炎反复发作，导致关节内软骨和骨的破坏。

类风湿关节炎的发病主要是以对称性多关节炎为主要症状的。多是双侧关节同时发病；并伴有至少3个关节区（如近端指间关节、掌指关节、肘关节、膝关节、腕关节、跖趾关节等）有关节炎；除了有关节疼痛外，还有关节周围软组织肿胀或积液；晨僵时间大于1小时，也就是早晨起床后关节僵硬肿胀不能活动，或是活动受限，要1小时以后才能恢复，严重时4~5小时才能恢复。有少数患者可见到类风湿结节，多见于肘背侧、指关节、髌骨突、枕骨突、腓肠肌腱处。多数患者血清类风湿因子为阳性，X线检查可发现病变的关节有骨破坏或是局限性脱钙。

类风湿关节炎早期以游走性关节肿痛和运动障碍为主，晚期则关节僵硬、畸形，功能丧失，并有骨质疏松和骨骼肌萎缩。除关节症状外，还会出现贫血、血小板增多；肺、心、肾、神经、血管等的损害。其发病年龄多在20~50岁，女性多于男性，男女之比为1:2~1:3。

而风湿性关节炎是以全身游走性疼痛为主要症状，其关节

等没有形态改变；两者间虽有相似之处，但病理机制、临床症状表现乃至治疗，都完全不一样。

2 容易患类风湿关节炎的是哪些人

✔ **病情背景：**一年前我的一个朋友得了类风湿关节炎，前些日子又有一个朋友被确认为类风湿关节炎，大家都说南方比较潮湿容易得类风湿关节炎，很担心自己也会得这个病，请问医生容易患类风湿关节炎的是哪些人？

答：在医学上一般来说，主要是以下几种人易得类风湿关节炎：①其血缘亲属中有类风湿关节炎患者，如父母亲、爷爷、奶奶、兄弟姐妹等，易患类风湿关节炎。②其血缘亲属中患有其他风湿病，如干燥综合征、系统性红斑狼疮、硬皮病等，易患类风湿关节炎。③更年期妇女、生产后妇女。④长期精神压力过大，处于紧张劳累的环境。⑤居住地寒冷潮湿，工作环境寒冷潮湿等。⑥本人患有某一种自身免疫性疾病，如自身免疫性甲状腺炎等，易患类风湿关节炎。你也不用害怕，只要坚持锻炼身体，保持健康的生活方式，避免以上的危险因素，不一定会患类风湿关节炎。

3 类风湿关节炎能彻底治愈吗

✔ **病情背景：**我的女儿1年前开始出现双手关节、双腕关节肿胀、疼痛，到医院看病，医生说是得了类风湿关节炎，而且还是活动期，说是要积极治疗才行，如果治疗不当关节会变形。现在她的双手，早晨起床时不灵活特别严重，她心里很害怕，怕治不好，我们做父母的也很担心，请问医生类风湿关节炎能彻底治愈吗？