

常见病宜忌丛书

主 编 蔡铁勇

FengShiBing

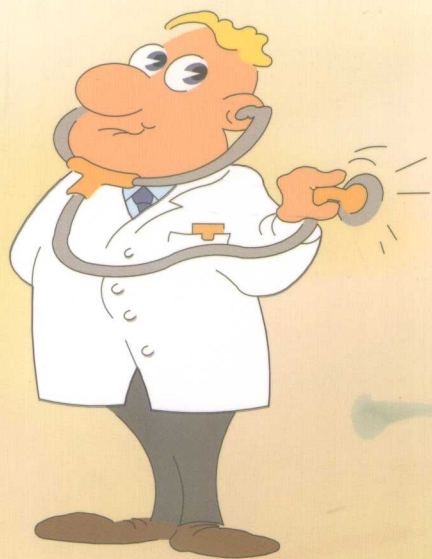
HuanZhe

YiJi150Tiao

风湿病患者

宜忌

150 条



第二军医大学出版社

常见病宜忌丛书

风湿病患者

宜忌

150 条

● 主 编 蔡铁勇



第二军医大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

风湿病患者宜忌 150 条/蔡铁勇主编. —上海:第二军医大学出版社, 2008. 8

(常见病宜忌丛书)

ISBN 978-7-81060-844-2

I. 风... II. 蔡... III. 风湿病患者-宜忌 IV. R593.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 112285 号

策 划 钱静庄

责任编辑 钱静庄 一 五

插 图 王伟成

风湿病患者宜忌 150 条

主 编 蔡铁勇

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

电话/传真: 021-65493093

全国各地新华书店经销

上海第二教育学院印刷厂印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 7.125 字数: 185.1 千字

2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

印数 1~3 000

ISBN 978-7-81060-844-2/R·670

定价: 17.00 元

编写人员

主 编 蔡铁勇

参编人员 王文章 蔡铁勇 周任远

施国伟 屠民琦

内 容 提 要

风湿病是人类的常见病、多发病和难治病。本书作者蔡铁勇主任是长期从事风湿病临床的医学专家。他以丰富的临床经验和简洁、流畅的文字撰述了系统性红斑狼疮、类风湿关节炎、强直性脊柱炎等十类风湿病的常见表现、合理治疗、生活方式及药物治疗等患者最想了解诸多问题,全书涵盖了风湿病近年来的最新进展,内容丰富多彩、文字深入浅出,适合广大风湿病患者及家属阅读。



前言



风湿病并不只是指风湿性关节炎和类风湿关节炎,它是包括所有不同原因引起的骨、关节、肌肉及相关联软组织病变的一类疾患,某些风湿病可影响全身各个脏器,属于全身性疾患,如系统性红斑狼疮、类风湿关节炎、硬皮病、多发性肌炎、皮肌炎、结节性多动脉炎、干燥综合征、强直性脊柱炎、贝赫切特综合征、风湿热等。这样的概念是由国际风湿病学组织确认的,是目前对风湿病最权威的认识。据此概念,约有十类风湿病包括在内:①弥漫性结缔组织病,如系统性红斑狼疮、类风湿关节炎等。②血清阴性脊柱关节病,如强直性脊柱炎、牛皮癣关节炎等。③退行性关节炎,如骨关节炎等。④与感染相关的关节炎,如化脓性关节炎、反应性关节炎等。⑤代谢与内分泌疾病引起的风湿病,如痛风、糖尿病性骨关节病等。⑥与肿瘤相关的风湿性疾患。⑦神经性疾患所致的骨关节病,如神经源性关节病等。⑧伴有关节表现的

骨、骨膜及软骨疾病,如骨质疏松症等。

⑨非关节性风湿病,如筋膜炎、雷诺现象等。⑩其他风湿病,如结节性脂膜炎等。

风湿病的防治目前还存在不少盲区和误区,如误将类风湿关节炎与强直性脊柱炎混同起来;治疗系统性红斑狼疮等全身性风湿病时畏惧使用皮质激素,反而造成严重后果;治疗类风湿关节炎只是使用抗炎止痛药物;重视药物治疗,而不了解饮食、运动、心理、康复治疗的重要性等。本书的目的,是将一些重要风湿病应该重视的和不可忽视的情况作一些介绍,汇编成《风湿病患者宜忌 150 条》供读者参考。由于有关痛风的内容已经单独成书,故在本书中不再重复。

限于编者水平,不当之处尚请读者指正。

蔡铁勇

2007 年 7 月



目 录

一、类风湿关节炎患者宜忌/1

宜

1. 类风湿患者尤其应关心自己的手/3
2. 类风湿患者要注意头颈部的病变/4
3. 类风湿患者需注意僵硬现象/6
4. 类风湿患者出现皮下结节应重视/6
5. 类风湿患者应该做 X 线检查/8
6. 类风湿患者宜经常检查血沉和 C 反应蛋白/9
7. 宜适当关注类风湿患者的遗传问题/11
8. 类风湿患者宜食哪种脂肪/11
9. 类风湿宜食哪些菜蔬/12
10. 类风湿患者宜同时治疗骨质疏松/13
11. 类风湿患者可以结婚/14
12. 类风湿患者生育时宜注意的事项/15
13. 类风湿患者要重视休息/17
14. 类风湿患者要强调运动疗法/17
15. 宜重视类风湿的特殊类型/19
16. 宜正确认识类风湿的诊断标准/20
17. 正确理解一线、二线、三线药物/21
18. 糖皮质激素治疗类风湿应注意什么/22
19. 宜关注益赛普的特殊疗效/24
20. 类风湿患者宜中西医结合治疗/25





忌

21. 类风湿患者不可忽视足的伤害/27
22. 不能将类风湿因子作为惟一的诊断依据/28
23. 不要忽视血象的变化/29
24. 切忌误识成人斯蒂尔病/30
25. 不要忽视类风湿患者的眼睛伤害/32
26. 不要忽视类风湿患者的心、肺伤害/33
27. 不要忽视类风湿患者的感觉异常/34
28. 不宜忽视儿童类风湿/35
29. 不宜忽视老年类风湿/36
30. 类风湿患者不要忌讳氨甲蝶呤/38
31. 类风湿患者不要忌讳手术治疗/39
32. 类风湿患者忌用的食物/40
33. 类风湿患者忌寒湿/41
34. 不要忽视对类风湿预后的判断/42
35. 不要忽视类风湿与肿瘤的关系/43
36. 不要忽视微生物感染/44

二、骨关节炎患者宜忌/47

宜

37. 宜重视骨关节炎/49
38. 哪些人更应重视骨关节炎的发病/50
39. 正确认识骨关节炎的种种表现/51
40. 宜掌握骨关节炎与类风湿的区别点/54
41. 正确认识镇痛药的作用/55
42. 对皮质激素的应用要正确掌握方法/56
43. 骨关节炎患者宜重视自我防护/57



忌

- 44. 不要忽视软骨在骨关节炎中的重要性/59
- 45. 不要忽视软骨保护剂的作用/60
- 46. 切忌忽视颈椎病的实质/63
- 47. 切忌忽视腰腿痛的实质/64
- 48. 不要忽视老人易患的强直性椎体肥厚症/67

三、血清阴性关节病患者宜忌/69

宜

- 49. 正确认识血清阴性关节病/71
- 50. 了解强直性脊柱炎的发病特点/72
- 51. 强直性脊柱炎治疗宜合理/73
- 52. 关心强直性脊柱炎患者的生活问题/75
- 53. 宜正确认识瑞特综合征的特征/75
- 54. 宜正确治疗瑞特综合征/77
- 55. 了解反应性关节炎的特征/77
- 56. 了解牛皮癣关节炎的临床表现/78
- 57. 正确制定牛皮癣关节炎的治疗方案/80
- 58. 要重视多肌腱末端炎/81
- 59. 宜重视感染性过敏性关节炎/82

忌

- 60. 不可忽视未定型脊柱关节病/84
- 61. 不要将强直性脊柱炎与类风关相混淆/85
- 62. 易被忽视的瑞特综合征/86
- 63. 不要将瑞特综合征与强直性脊柱炎相混淆/87
- 64. 不能忽视反应性关节炎/88



65. 不要忽视牛皮癣关节炎/88

66. 不要忽视精神紧张与牛皮癣关节炎的关系/89

67. 不能忽视肠道疾病与关节炎的关系/90

四、骨质疏松症患者宜忌/93

宜

68. 重视缺钙与骨质疏松之间的关系/95

69. 重视其他因素对骨质疏松的影响/97

70. 了解骨质疏松的表现/99

71. 正确治疗骨质疏松/100

72. 提倡喝牛奶预防骨质疏松/102

忌

73. 不要忽视骨密度的检查/104

74. 骨质疏松者忌讳什么/105

五、系统性红斑狼疮患者宜忌/107

宜

75. 年轻女性更应该重视红斑狼疮/109

76. 正确认识盘状红斑狼疮/110

77. 宜关注系统性红斑狼疮的皮肤损害/112

78. 狼疮肾,重视再重视/112

79. 充分认识系统性红斑狼疮是全身性疾病/114

80. 正确认识相关检验指标/115

81. 了解疾病复发的特征/116

82. 红斑狼疮的中医药治疗宜辨证论治/117

83. 关注影响预后的因素/118



忌

84. 不要忽视药物也可引起红斑狼疮/120
85. 易被忽视的老年红斑狼疮/121
86. 不能忽视狼疮性精神症状/123
87. 不能忽视系统性红斑狼疮的关节痛/124
88. 不能忽视心肺损害/125
89. 不要害怕应用激素/125
90. 不要误识有关生育的问题/126
91. 不要忽略股骨头缺血性坏死/127
92. 尽量避免晒太阳/129

宜和忌

93. 红斑狼疮患者饮食宜忌/130

六、硬皮病患者宜忌/131

宜

94. 正确认识硬皮病/133
95. 宜详细察看皮肤变化/134
96. 宜关心吞咽情况/134
97. 必须警惕硬皮病的肾脏表现/135
98. 正确认识硬皮病样综合征/136
99. 系统性硬化症的中医治疗/136
100. 宜正确了解防治措施/138

忌

101. 对白指不可掉以轻心/140
102. 不要忽视关节和肌肉的病变/141
103. 不要忽视心肺损害/141



七、其他全身性风湿病患者宜忌/143

宜

104. 宜重视口眼干燥/145
105. 宜关注干燥综合征内脏器官的损害/146
106. 干燥综合征应采用多种治疗方法/148
107. 干燥综合征更宜中医药治疗/149
108. 认识皮肌炎的皮肤损害特征/149
109. 了解皮肌炎、多肌炎的关节症状/150
110. 应该制定皮肌炎正规的治疗措施/151
111. 多发性肌炎与皮肤炎的中医治疗/152
112. 全面认识风湿热的五大症状/153
113. 正确认识“抗链O”/155
114. 了解风湿热的治疗原则/155
115. 重视贝赫切特综合征的多变性/157
116. 了解贝赫切特综合征与复发性口疮的区别/158
117. 应正确治疗贝赫切特综合征/159
118. 宜重视与过敏有关的血管炎/160
119. 正确认识变应性结节性皮肤血管炎/162
120. 重视“四不像”的疾病：混合结缔组织病/162
121. 对结节性多动脉炎应有充分认识/164

忌

122. 干燥综合征不必忌讳下唇活检/166
123. 莫轻视性交困难与干燥综合征的关系/167
124. 不要对多发性肌炎和皮肌炎掉以轻心/168



125. 不可忽视皮肤炎与癌肿的关系/169
126. 不能忽视风湿热与链球菌感染的关系/170
127. 不能忽视风湿热的初级预防和次级预防/171
128. 不要忘记贝赫切特综合征是一种多器官疾患/172
129. 别将贝赫切特综合征同性病相联系/173
130. 易被误识的结节性脂膜炎/174
131. 不可轻视复发性多软骨炎/176
132. 不要误识风湿性多肌痛症/177
133. 不能忽视巨细胞动脉炎/178

八、感染性关节炎患者宜忌/181

宜

134. 需重视老年人的化脓性关节炎/183
135. 警惕宠物引起的关节炎/184
136. 要了解肝炎也会引起关节炎/185
137. 掌握风疹相关的关节炎知识/186

忌

138. 不能忽视与淋病相关的关节炎/187
139. 不可忽视发生在骨和关节上的结核/188
140. 不要忽视蜱咬引起的关节炎/190

九、局限性风湿症/195

宜

141. 正确认识纤维肌痛症/197
142. 正确处理肩关节周围炎/198
143. 妇女膝痛宜关注/200
144. 重视劳累性骨病/202



145. 正确了解滑囊炎/204

146. 正确认识腱鞘炎和腱鞘囊肿/204

忌

147. 不要忽视肩胛骨筋膜炎/206

148. 切忌忽视胸肌损伤/207

149. 不可忽视外伤性骨化性肌炎/209

150. 不可忽略腕管综合征/209

一、类风湿关节炎患者宜忌



