

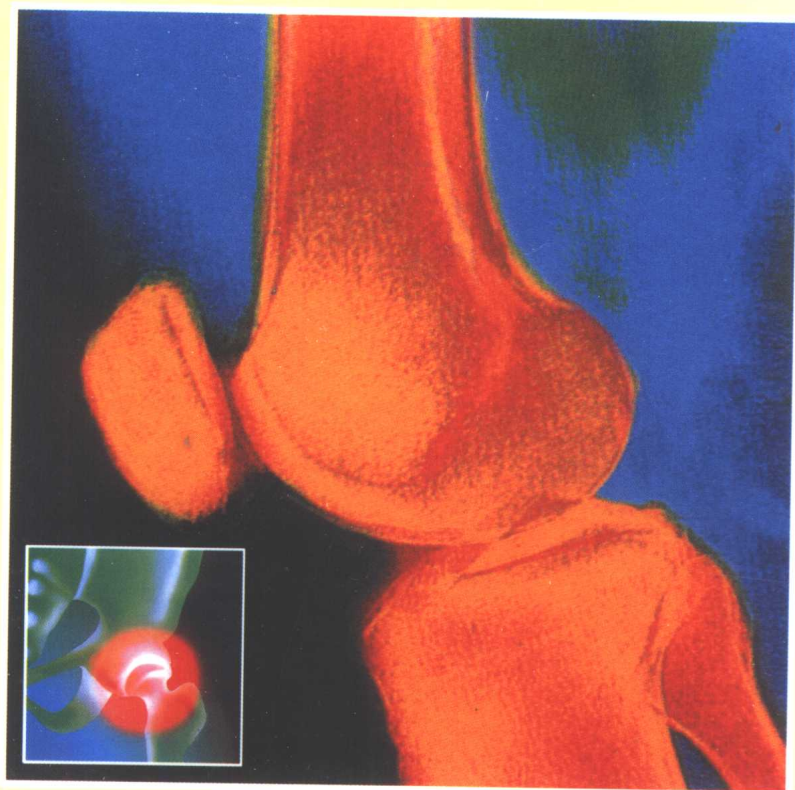
Guanjieyan bingren zhinan

关节炎病人指南

关节炎防治235问

倪立青 著

(修订本)



上海科学技术文献出版社

关节炎病人指南

——关节炎防治 235 问
(修订本)

倪立青 著

上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

关节炎病人指南：关节炎防治 235 问 / 倪立青编著.
上海：上海科学技术文献出版社，2002. 1
ISBN 7-5439-1896-X

I. 关… II. 倪… III. 关节炎-防治-问答
IV. R684. 3-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 066993 号

责任编辑：徐永康

封面设计：石亦义

关节炎病人指南

——关节炎防治 235 问

(修订本)

倪立青 著

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路 2 号 邮政编码 200031)

全国新华书店经销

江苏昆山亭林印刷总厂印刷

*

开本 787×1092 1/32 印张 10.375 字数 250 000

2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

印数：1—5 100

ISBN 7-5439-1896-X/R·484

定价：16.00 元

188V8 / 10

内 容 提 要

本书主要介绍常见关节炎知识。内容新颖、实用,深入浅出地阐述了正常关节的结构、功能,以及男女老幼易患的多种常见关节炎的发病原因、临床症状、治疗方法、饮食起居等一系列病人及其家属、亲友关心,并亟待解决的问题。可供关节炎病人及家属阅读,基层医务人员、医学院校学生亦可参考。

前 言

关节炎在世界各国均属多发病,在我国也不例外。据世界关节炎基金会统计,关节炎病人约占世界人口的十分之一。由于关节炎发病率高,病程又长,给社会、病人家庭所造成的损失和危害极大。

鉴于此,医学界和病人共同发起了一项“骨和关节健康的十年(2000~2010)”的倡议,其目标是:增进全世界范围内患有肌肉与骨骼疾病病人的健康,进一步改善他们的生活质量。这项活动得到联合国秘书长安南的赞许,并获得世界卫生组织和世界银行的积极支持。

上海光华医院自1971年5月开始,设立了以类风湿关节炎为主的风湿病专科门诊和病房。30年中,诊治了各种常见关节炎病人百万余人次。在此期间,本人在与关节炎病人及其家属、亲友的接触中,学到了很多知识,积累了一定经验,悟出了不少道理。人们一旦患了关节炎,总想得到及时、有效的诊断和治疗,以便尽早解除病痛,获得治愈,这是病人的心愿、家属的心愿、亲友的心愿,亦是医务人员的心愿。部分病人由于缺乏关节炎方面的有关知识,以为得了关节炎,最终难免出现严重残疾或“风瘫”,因此悲观失望,听天由命。我们认为,这种没有科学依据的消极情绪大可不必,应该认识各种关节炎的本质,树立战胜疾病的信心。

关节炎的名目繁多,病因复杂,变化多端,预后和康复各不相同。不同类型的关节炎,或同一种关节炎的不同阶段,其治疗

目的和治疗方法也不尽相同。所以,必须从病情出发,根据病人的具体情况,采取中西医结合,有关学科相结合,休息与体疗、理疗相结合等多种综合治疗,才能取得较好的疗效。若是病急乱投医,偏听偏信,往返奔波,既耗费大量精力,又损失可观钱财,甚至贻误大好时机,造成不可挽回的后果。

关节炎多属慢性疾病,在这一漫长的过程中,病人除取得医务人员的帮助外,自我保健十分重要。本人积 30 年在关节炎诊治方面的经验,写成此书,其目的在于使关节炎病人及其家属从中获得有关知识,使病人能得到早日康复。若能达到此目的,其愿足矣!

本书于 1997 年 12 月出版后,每年加印一次,深受读者欢迎。随着医学科学的飞速发展,世界各国对各种关节炎的研究不断深化,认识不断提高,信息不断更新,在新世纪来临之际,值此我院风湿科成立 30 周年之际,抽暇对本书作了全面修订。

由于本人水平有限,错误和疏漏之处在所难免,敬请读者批评指正。

倪立青

2001 年 5 月

目 录

一、关节炎与风湿病	(1)
1. 关节炎与风湿病有何关系	(1)
2. 风湿病有几种	(2)
3. 关节炎病人有多少	(3)
4. 女性是否更易患风湿病	(5)
5. 风湿病是否只有老年人才有	(6)
6. 结缔组织病就是风湿病吗	(7)
7. 关节炎病人怎么会预报天气	(8)
8. 关节炎病人衣食住行要注意哪些	(10)
9. 治疗关节炎有何特效药	(12)
二、关节的结构与功能	(15)
10. 关节分几类	(15)
11. 滑膜关节是怎样构成的	(16)
12. 滑液怎样润滑关节	(17)
13. 关节的功能有哪些	(18)
14. 什么是关节的功能位置	(19)
三、关节炎的诊断	(20)
15. 怎样诊断关节炎	(20)
16. 病史对关节炎的诊断有何帮助	(20)
17. 为什么要做体格检查	(22)
18. 实验室检查有哪些	(26)
19. X线检查有多大作用	(31)

20. 什么是 CT 和磁共振成像(MRI)	(32)
21. 滑液检查有何意义	(33)
22. 关节镜有什么用处	(34)
四、类风湿关节炎的来龙去脉	(36)
23. 什么是类风湿关节炎	(36)
24. 类风湿关节炎的发病原因有哪些	(36)
25. 类风湿关节炎的发病情况如何	(38)
26. 类风湿关节炎病人有哪些症状和体征	(39)
27. 类风湿关节炎有哪些关节外病变	(43)
28. 哪些指标提示易发生内脏受累	(44)
29. 为什么会发生晨僵	(45)
30. 什么是类风湿结节	(46)
31. 类风湿关节炎有哪些发病类型	(47)
32. 费尔蒂综合征有何特点	(48)
33. 成人斯蒂尔病有何特征	(49)
34. 什么是恶性类风湿关节炎	(50)
35. 关节畸形就是类风湿关节炎造成的吗	(50)
36. 类风湿关节炎有哪些畸形	(52)
37. 类风湿关节炎会变成其他疾病吗	(54)
38. 类风湿关节炎有哪些实验室检查	(55)
39. 类风湿关节炎病人为何常有贫血	(57)
40. 什么是类风湿因子	(58)
41. 类风湿因子阳性就是类风湿关节炎吗	(59)
42. 类风湿关节炎 X 线如何分期	(60)
43. 怎样诊断类风湿关节炎	(60)
44. 怎样判断类风湿关节炎活动期	(61)
45. 怎样才算类风湿关节炎临床缓解	(61)

46. 类风湿关节炎会不会遗传	(62)
47. 类风湿关节炎病人能结婚吗	(63)
48. 类风湿关节炎病人能生育吗	(64)
49. 类风湿关节炎病人会“风瘫”吗	(65)
50. 类风湿关节炎的预后如何	(66)
五、类风湿关节炎的治疗	(68)
51. 类风湿关节炎的治疗目的是什么	(68)
52. 类风湿关节炎的治疗方案有哪些	(69)
53. 类风湿关节炎病人如何掌握活动量	(72)
54. 类风湿关节炎病人怎样防止畸形加重	(73)
55. 类风湿关节炎病人怎样消炎止痛	(75)
56. 类风湿关节炎病人怎样用好非甾体类抗炎药	(76)
57. 常用非甾体类抗炎药有哪些	(78)
58. 较新的非甾体类抗炎药有哪些	(81)
59. 非甾体类抗炎药能外用吗	(84)
60. 消炎痛栓剂有何优点	(84)
61. 改变类风湿关节炎病情的药物有哪些	(86)
62. 金子做药能治类风湿关节炎吗	(87)
63. 口服金制剂有何优越性	(88)
64. 如何服用青霉胺	(89)
65. 青霉胺有哪些副作用	(90)
66. 服用氯喹应注意哪些	(91)
67. 柳氮磺吡啶有何作用	(92)
68. 爱若华是一种什么新药	(93)
69. 抗癌药怎么能治类风湿关节炎	(94)
70. 为什么能早期应用甲氨喋呤	(95)
71. 甲氨喋呤有哪些副作用	(96)

72. 如何正确使用硫唑嘌呤	(97)
73. 怎样应用环磷酰胺	(98)
74. 激素是治疗中的“王牌”吗	(99)
75. 怎样合理应用激素	(100)
76. 局部注射激素应注意哪些问题	(101)
77. 治疗类风湿关节炎的生物制剂有哪些	(103)
78. 转移因子和胸腺素有何特点	(103)
79. 蛇治疗类风湿关节炎的效果如何	(104)
80. 雷公藤是类风湿关节炎的克星吗	(106)
81. 服用雷公藤应注意哪些	(107)
82. 正清风痛宁有何特点	(108)
83. 虫类药益肾蠲痹丸是什么药	(109)
84. 祛痹冲剂有什么特点	(110)
85. 手术能治疗类风湿关节炎吗	(111)
86. 滑膜切除术是怎么一回事	(112)
87. 如何正确对待滑膜切除术	(113)
88. 人工关节究竟能用多少年	(114)
89. 水疗法有何作用	(115)
90. 药浴应注意哪些	(116)
91. 常用浴疗法还有哪些	(117)
92. 石蜡疗法和泥疗法怎样应用	(117)
93. 电疗如何应用	(119)
94. 磁疗是怎样的疗法	(120)
95. 激光治疗类风湿关节炎效果如何	(121)
96. 什么叫作业疗法	(122)
97. 穴位注射治疗类风湿关节炎有何优点	(125)
98. 穴位注射有哪些注意事项	(126)

99. 类风湿关节炎病人要不要“忌口”	(126)
100. 老年类风湿关节炎应如何治疗	(128)
六、幼年类风湿关节炎	(130)
101. 儿童也会得类风湿关节炎吗	(130)
102. 三位小病人为什么会不同	(131)
103. 幼年类风湿关节炎有哪些临床表现	(132)
104. 怎样诊断幼年类风湿关节炎	(133)
105. 幼年类风湿关节炎应注意些什么	(134)
106. 幼年类风湿关节炎可用哪些药治疗	(135)
七、强直性脊柱炎	(137)
107. 脊柱的结构有什么特点	(137)
108. 强直性脊柱炎为何是一种独立的疾病	(138)
109. 引起强直性脊柱炎的原因有哪些	(139)
110. 强直性脊柱炎病人为何“辘头偻脑”	(140)
111. 强直性脊柱炎有哪些关节外表现	(143)
112. 强直性脊柱炎有何 X 线变化	(144)
113. 强直性脊柱炎有哪些实验室检查	(145)
114. 强直性脊柱炎的诊断标准有哪些	(146)
115. 强直性脊柱炎病人怎样进行自我保健	(148)
116. 强直性脊柱炎治疗药物有哪些	(149)
117. 怎样选择最佳治疗决策	(152)
八、银屑病关节炎	(153)
118. 关节炎和银屑病有什么关系	(153)
119. 银屑病关节炎关节有哪些特征	(154)
120. 银屑病关节炎皮肤及关节外有何变化	(155)
121. 银屑病关节炎 X 线和实验室检查有何变化	(157)
122. 怎样治疗银屑病关节炎	(158)

九、赖特综合征	(161)
123. 什么叫赖特综合征	(161)
124. 赖特综合征有哪些表现	(162)
125. 怎样治疗赖特综合征	(163)
十、炎性肠病性关节炎	(165)
126. 什么是肠病性关节炎	(165)
127. 肠病性关节炎有何特征	(165)
十一、反应性关节炎	(167)
128. 什么是反应性关节炎	(167)
129. 反应性关节炎有哪些表现	(167)
十二、风湿性关节炎	(169)
130. 风湿性关节炎和风湿热是什么关系	(169)
131. 风湿热的发病情况如何	(171)
132. 链球菌是罪魁祸首吗	(171)
133. 对链球菌有何新的认识	(172)
134. 怎样预防风湿热	(174)
135. 怎样治疗风湿热	(175)
十三、骨关节炎	(178)
136. “骨刺”的成因有哪些	(178)
137. 原发性骨关节炎和继发性骨关节炎有何区别	(180)
138. “骨刺”引来多少麻烦	(180)
139. “骨刺”好发在哪些部位	(181)
140. 有哪些实验室及辅助检查	(183)
141. 骨关节炎有哪些诊断标准	(184)
142. “骨刺”病人怎样自我保健	(186)
143. 骨关节炎可使用哪些药物治疗	(188)
十四、系统性红斑狼疮	(191)

144. 为什么称红斑狼疮	(191)
145. 系统性红斑狼疮发病情况如何	(192)
146. 系统性红斑狼疮发病原因有哪些	(192)
147. 系统性红斑狼疮有哪些全身症状和关节表现...	(194)
148. 系统性红斑狼疮皮肤黏膜有何特征	(195)
149. 系统性红斑狼疮其他还有哪些变化	(196)
150. 系统性红斑狼疮实验室检查有哪些变化	(198)
151. 系统性红斑狼疮国外诊断标准包括哪些	(200)
152. 系统性红斑狼疮国内诊断标准包括哪些	(201)
153. 系统性红斑狼疮应注意什么问题	(202)
154. 系统性红斑狼疮有何治疗原则	(203)
155. 系统性红斑狼疮药物治疗有几种	(204)
156. 怎样治疗系统性红斑狼疮对特殊器官系统的 影响	(206)
157. 系统性红斑狼疮病人为什么要避太阳躲月亮...	(207)
158. 药物性狼疮怎样诊断和治疗	(208)
十五、硬皮病	(210)
159. 什么原因引起硬皮病	(210)
160. 系统性硬皮病有哪些临床表现	(211)
161. 系统性硬皮病有哪些实验室检查异常	(213)
162. 系统性硬皮病 X 线会有什么发现	(214)
163. 如何诊断系统性硬皮病	(215)
164. 硬皮病在临床上分几型	(215)
165. 系统性硬皮病病人日常生活中应注意什么 ...	(216)
166. 系统性硬皮病治疗药物有哪些	(217)
167. 怎样处理系统性硬皮病损害的脏器	(220)
168. 如何诊治局部型硬皮病	(221)

十六、干燥综合征	(223)
169. 什么是干燥综合征	(223)
170. 干燥综合征的病因是什么	(223)
171. 干燥综合征有哪些临床表现	(224)
172. 干燥综合征有几种实验室检查	(227)
173. 怎样诊断干燥综合征	(227)
174. 如何治疗干燥综合征	(229)
十七、多发性肌炎和皮肌炎	(230)
175. 什么是多发性肌炎和皮肌炎	(230)
176. 多发性肌炎和皮肌炎临床表现有哪些	(231)
177. 多发性肌炎和皮肌炎有哪些实验室及辅助检查	(233)
178. 如何诊断多发性肌炎和皮肌炎	(234)
179. 日常生活中应注意些什么	(235)
180. 如何治疗多发性肌炎和皮肌炎	(235)
十八、贝赫切特综合征(白塞病)	(238)
181. 什么是贝赫切特综合征(白塞病)	(238)
182. 贝赫切特综合征有何临床表现	(239)
183. 怎样诊断贝赫切特综合征	(241)
184. 如何治疗贝赫切特综合征	(242)
十九、痛风	(244)
185. 引起痛风的原因是什么	(244)
186. 血尿酸增高就是痛风吗	(245)
187. 我国痛风病人为何逐年增多	(246)
188. 痛风有哪些类型	(247)
189. 痛风性关节炎有哪些临床表现	(248)
190. 什么是痛风石	(249)
191. 痛风可引起肾脏损害吗	(250)

192. 痛风有哪些实验室及辅助检查	(251)
193. 痛风性关节炎如何诊断	(252)
194. 治疗急性痛风性关节炎的药物有哪些	(253)
195. 怎样使用治疗急性痛风性关节炎药物	(253)
196. 痛风的间歇期及慢性期如何治疗	(255)
197. 无症状高尿酸血症如何治疗	(257)
198. 急性发作期能否用降低尿酸的药物	(258)
199. 痛风病人日常生活中应注意哪些问题	(258)
200. 什么是假性痛风	(260)
二十、感染性关节炎	(262)
201. 细菌是怎样进入关节的	(262)
202. 感染性关节炎有哪些表现	(263)
203. 感染性关节炎怎样治疗	(264)
二十一、结核性关节炎	(267)
204. 结核性关节炎有何临床特征	(267)
205. 有何 X 线表现及实验室检查	(268)
206. 结核性关节炎是如何发生的	(269)
207. 结核性关节炎怎样治疗	(269)
二十二、损伤性关节炎	(271)
208. 损伤性关节炎有何特征	(271)
209. 损伤性关节炎如何防治	(272)
二十三、原发性骨质疏松症	(274)
210. “豆腐架子”从哪里来	(274)
211. 骨质疏松症病人有多少	(276)
212. 怎样预防骨质疏松症	(278)
213. 骨质疏松症如何治疗	(280)
二十四、骨坏死	(283)

214. 引起骨坏死原因有哪些	(283)
215. 怎样检查骨坏死	(284)
216. 骨坏死如何治疗	(285)
二十五、全身性疾病中的关节炎	(287)
217. 肝脏患病时有哪些关节炎	(287)
218. 传染病病人有哪些关节炎	(288)
219. 内分泌病病人有哪些关节病	(290)
220. 肿瘤病人有哪些关节病	(293)
221. 血友病病人有何关节炎	(294)
二十六、药物引起的关节炎	(297)
222. 药物为何能引起关节炎	(297)
223. 哪些药物易引起关节炎	(297)
224. 药物引起的关节炎要紧吗	(300)
二十七、更年期关节炎	(301)
225. 更年期关节炎是怎么一回事	(301)
二十八、儿童生长中的关节痛	(303)
226. 儿童为什么关节痛	(303)
二十九、其他一些风湿病	(305)
227. 肩关节周围炎是怎么回事	(305)
228. 肩关节周围炎要不要治疗	(306)
229. 不打网球也会得网球肘吗	(307)
230. 纤维肌痛综合征有何表现	(308)
231. 纤维肌痛综合征怎样治疗	(309)
232. 何谓风湿性多肌痛	(311)
233. 腱鞘炎是怎么一回事	(312)
234. 什么是腱鞘囊肿	(313)
235. 滑囊炎有些什么特点	(314)

一、关节炎与风湿病

1. 关节炎与风湿病有何关系

关节炎是指引起疼痛和发僵的关节内的炎症。在风湿病中,各种原因所致的关节炎占相当比重。但风湿病并不只限于关节炎。

风湿病学是一门新兴的独立学科。风湿病学研究的对象是风湿性疾病(即风湿病)。

凡是累及骨、关节及其周围软组织,如肌肉、滑囊、肌腱、筋膜、神经等的一大类疾病,均属于风湿病。其起病原因可以是感染性的,如淋球菌性关节炎、莱姆病等;免疫性的,如类风湿关节炎、系统性红斑狼疮等;代谢性的,如痛风等结晶性关节炎;内分泌的,如肢端肥大症、甲状旁腺功能亢进等;退化性的,如骨关节炎;地理环境性的,如大骨节病、氟中毒等;遗传性的,如粘多糖病、先天性软骨发育不全等;肿瘤性的,如骨瘤、多发性骨髓瘤等……风湿病可以是周身性或系统性的,如几乎所有结缔组织病,也可以是局限性的,如肩周炎、滑囊炎等;可以是器质性的,也可以是精神性的,如精神性风湿症,或者是功能性的,如纤维肌痛综合征。由此可见,风湿病不是单指某一种疾病,而是一组疾病的总称。

风湿病的症状可持续几天或数年,可无不良影响,也可引起较严重的残疾。大多数风湿病不会从一个人传给另一个人。少数风湿病能够遗传,而大多数并不遗传。