

强直性脊柱炎 治疗与调养

主 编 蔡 辉 姚茹冰 刘春丽

非手术



科学出版社

强直性脊柱炎治疗与调养

主 编 蔡 辉 姚茹冰 刘春丽

科 学 出 版 社

北 京

内 容 简 介

强直性脊柱炎是一种原因不明,引起患者脊柱强直和纤维化,造成弯腰、行走活动受限的疾病,表现形式多种多样,若延误治疗或治疗不当,可造成终身残疾。本书主要介绍强直性脊柱炎的基础知识、病因及发病机制、临床表现、实验室及辅助检查、诊断、鉴别诊断、治疗、康复、生活调养与护理及中医对强直性脊柱炎的认识和治疗。全书以问答形式编写,对临床紧密相关的问题给予了详细解答。

本书可供风湿免疫科、骨科、中医科、康复科等相关学科医师及患者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

强直性脊柱炎治疗与调养/蔡辉,姚茹冰,刘春丽主编.
—北京:科学出版社,2018.3

ISBN 978-7-03-057057-4

I. ①强… II. ①蔡… ②姚… ③刘… III. ①脊椎炎—防治 IV. ①R593.23

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 056792 号

责任编辑:马 莉/责任校对:张小霞

责任印制:赵 博/封面设计:龙 岩

版权所有,违者必究,未经本社许可,数字图书馆不得使用

科 学 出 版 社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

天津市新科印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2018 年 3 月第 一 版 开本:850×1168 1/32

2018 年 3 月第一次印刷 印张:7 1/2

字数:152 000

定价:29.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

《强直性脊柱炎治疗与调养》

编写人员

主 编 蔡 辉 姚茹冰 刘春丽

副 主 编 赵凌杰 赵智明 商 玮

编 者 （以姓氏笔画排序）

乜保存 王东轶 伍才生 刘春丽

刘凌昕 李 娇 李木子 杨路昕

辛 东 沈俊逸 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 秦 峰 钱 鑫

徐子涵 徐文俊 郭郡浩 常文静

商 玮 董晓蕾 蔡 辉 蔡佳宇

樊 敏

编者单位 中国人民解放军南京总医院 中西医结合科
风湿免疫专科

南京大学医学院临床学院

中国人民解放军南京总医院中西医结合中心

前 言

强直性脊柱炎是一种十分常见的以脊柱为主要病变的慢性疾病，病变主要累及骶髋关节，引起脊柱强直和纤维化，造成弯腰、行走活动受限，并可有不同程度的眼、肺、心血管、肾等多个器官的损害。疾病的表现形式多种多样，若延误治疗或治疗不当，可造成终身残疾。

随着社会和医学的不断发展，人们越来越关注健康，越来越关注生活质量和生命质量。为了满足广大读者对预防、保健知识的渴望，我们精心编著了这本书，希望它能够成为广大读者，尤其是强直性脊柱炎患者的益友。本书通过问答的形式，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，一一给予解答，主要内容包括强直性脊柱炎的基础知识、病因及发病机制、临床表现、实验室及辅助检查、诊断、鉴别诊断、治疗、康复、生活调养与护理及中医对强直性脊柱炎的认识和治疗，并结合中国人民解放军南京总医院多年的中西医结合诊治强直性脊柱炎的临床经验，汇编成书以飨读者。书中所列问题均来自临床实践，有助于关注强直性脊柱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，治疗方案必须在医生指导下实施。

希望广大患者及其家属通过阅读本书，增加对强直性脊柱炎的全面了解，使其能科学求医，愿患者早日恢复健康。

书中内容难免有不当之处，恳请同道及读者不吝赐教，惠予匡正。

蔡 辉 姚茹冰 刘春丽

中国人民解放军南京总医院

2018年初春

目 录

第 1 章 强直性脊柱炎的基础知识	1
1. 人的脊柱是怎样构成的?	2
2. 脊柱有哪些关节和韧带?	2
3. 脊柱上有哪些肌肉附着?	3
4. 正常的成年人脊柱有哪些生理曲度?	5
5. 人的脊柱有什么功能?	5
6. 什么是中轴关节?	6
7. 什么是外周关节?	6
8. 强直性脊柱炎是一种什么病?	6
9. 强直性脊柱炎是类风湿脊柱炎吗?	7
10. 什么是脊柱关节炎?	8
11. 为什么称强直性脊柱炎是血清阴性脊柱关节病?	8
12. 强直性脊柱炎有哪些危险因素?	9
13. 为什么在强直性脊柱炎患者中青年男性较多?	11
14. 男性和女性强直性脊柱炎发病年龄有区别吗?	11
15. 男性和女性强直性脊柱炎患者的临床特征有不同吗?	12
16. 强直性脊柱炎会影响生育吗?	13
17. 强直性脊柱炎的发病与工作性质有关吗?	14
18. 强直性脊柱炎对工作有影响吗?	15
19. 强直性脊柱炎有何危害?	15
20. 强直性脊柱炎是终身性疾病吗?	16
21. 强直性脊柱炎会致残吗?	17
22. 强直性脊柱炎有预防的方法吗?	18



第2章 强直性脊柱炎病因及发病机制	20
1. 强直性脊柱炎病因有哪些?	21
2. 强直性脊柱炎是一种自身免疫性疾病吗?	22
3. 感染会导致强直性脊柱炎的发病吗?	22
4. 肠道感染与强直性脊柱炎发病有关吗?	23
5. 强直性脊柱炎会传染吗?	24
6. 风寒湿在强直性脊柱炎发病中有何影响?	24
7. 感冒会诱发强直性脊柱炎吗?	25
8. 妇女产后为什么容易发生强直性脊柱炎?	26
9. 强直性脊柱炎发病与内分泌因素有关系吗?	26
10. 强直性脊柱炎的主要病理改变是什么?	27
第3章 强直性脊柱炎的临床表现	29
1. 强直性脊柱炎可以损害哪些骨与关节?	30
2. 强直性脊柱炎会累及内脏和其他器官吗? 都有什么特点? ..	30
3. 强直性脊柱炎有哪些早期临床表现?	31
4. 强直性脊柱炎有哪些脊柱方面的症状?	32
5. 强直性脊柱炎腰骶部疼痛有什么特点?	33
6. 骶髂关节炎仅见于强直性脊柱炎吗?	33
7. 强直性脊柱炎为什么会侵犯骶髂关节?	34
8. 什么是晨僵? 强直性脊柱炎也有晨僵现象吗?	35
9. 强直性脊柱炎为什么会发生晨僵? 晨僵有什么临床意义? ..	35
10. 什么是中轴型强直性脊柱炎? 中轴范围一般包括哪些部位? ..	36
11. 什么是外周型强直性脊柱炎? 外周关节一般包括哪些部位? ..	36
12. 强直性脊柱炎晚期为什么会发生脊柱“竹节样变”?	36
13. 强直性脊柱炎累及髋关节有哪些表现?	37
14. 强直性脊柱炎会发生股骨头病变吗?	37
15. 强直性脊柱炎的肌腱附着点炎好发于哪些部位?	38



16. 强直性脊柱炎患者为什么多有足跟痛?	38
17. 强直性脊柱炎会出现骨质疏松吗?	39
18. 强直性脊柱炎会出现眼损害吗?	39
19. 强直性脊柱炎会有泌尿生殖系统的损害吗?	40
20. 强直性脊柱炎肺部病变主要有哪些表现?	40
21. 强直性脊柱炎会导致腰椎间盘突出吗?	41
22. 强直性脊柱炎会损害心血管系统吗?	42
23. 强直性脊柱炎会引起神经肌肉病变吗?	42
24. 强直性脊柱炎会损害耳朵或听力吗?	43

第 4 章 强直性脊柱炎实验室及辅助检查

44

1. 什么是 HLA-B27?	45
2. 检查 HLA-B27 的临床意义是什么?	45
3. HLA-B27 阳性就可以诊断强直性脊柱炎吗?	46
4. HLA-B27 阴性强直性脊柱炎有何特点?	47
5. HLA-B27 抗原阳性与阴性的强直性脊柱炎有什么不同?	47
6. 什么是血沉? 检查血沉对诊断强直性脊柱炎有意义吗?	47
7. 什么是 C 反应蛋白? 强直性脊柱炎患者检测 C 反应蛋白有 什么意义?	48
8. 什么是类风湿因子?	48
9. 强直性脊柱炎会出现类风湿因子阳性吗?	49
10. 强直性脊柱炎检查类风湿因子的意义是什么?	49
11. 免疫球蛋白检测对诊断强直性脊柱炎有意义吗?	50
12. X 线检查对强直性脊柱炎的诊断有何意义?	51
13. 强直性脊柱炎的骶髂关节在 X 线片上有哪些改变?	52
14. 强直性脊柱炎的髋关节在 X 线片上有哪些改变?	53
15. 强直性脊柱炎的骨盆在 X 线片上有哪些改变?	53
16. 强直性脊柱炎的脊柱在 X 线片上有哪些改变?	54



17. 在 X 线片上怎样进行骶髂关节病变的分级? 54
18. 强直性脊柱炎患者必须拍摄骶髂关节 X 线片吗? 55
19. 骶髂关节 X 线正常可以排除强直性脊柱炎的诊断吗? 55
20. 骶髂关节的 CT 检查有哪些优点? 56
21. 强直性脊柱炎的 MRI 检查有哪些表现? 56
22. 强直性脊柱炎的 MRI 检查较 X 线和 CT 相比, 有哪些优点? 57
23. 哪些患者需要做 MRI 检查? 58

第 5 章 强直性脊柱炎的诊断 59

1. 炎性腰背痛的诊断标准是什么? 60
2. 强直性脊柱炎近年常用的诊断标准有哪些? 61
3. 1984 年“强直性脊柱炎的修订纽约标准”有哪些内容? 62
4. 2009 年“强直性脊柱炎的 ASAS 新分类标准”主要包含
什么内容? 62
5. 强直性脊柱炎容易延误诊断的原因主要有哪些? 63
6. 强直性脊柱炎能够早期诊断的关键因素是什么? 64

第 6 章 强直性脊柱炎的鉴别诊断 65

1. 什么是炎性腰痛和机械性腰痛, 两者有什么不同? 66
2. 为什么说强直性脊柱炎与类风湿关节炎是两个根本不同的疾病?
..... 67
3. 强直性脊柱炎与类风湿关节炎可同时发生吗? 68
4. 强直性脊柱炎怎样与其他脊柱关节病相鉴别? 69
5. 强直性脊柱炎和类风湿关节炎有什么不同? 70
6. 强直性脊柱炎与银屑病关节炎有什么不同? 71
7. 强直性脊柱炎与反应性关节炎有什么不同? 73
8. 强直性脊柱炎与肠病性关节炎有什么不同? 74
9. 强直性脊柱炎与风湿性关节炎有什么不同? 75



10. 强直性脊柱炎与骨关节炎有什么不同?	76
11. 强直性脊柱炎与痛风性关节炎有什么不同?	77
12. 强直性脊柱炎与骨质疏松有什么不同?	78
13. 强直性脊柱炎与腰椎间盘突出症有什么不同?	79
14. 强直性脊柱炎与致密性骨炎有什么不同?	80
15. 强直性脊柱炎与腰肌劳损有什么不同?	81

第 7 章 强直性脊柱炎的治疗

82

1. 强直性脊柱炎选择内科治疗或手术治疗的依据是什么?	83
2. 内科治疗的目标和指导方针是什么?	83
3. 强直性脊柱炎的治疗原则是什么?	84
4. 强直性脊柱炎的治疗需要药物联合使用吗?	85
5. 哪些药物可用于治疗强直性脊柱炎?	86
6. 什么是非甾体抗炎药?	87
7. 非甾体抗炎药可以治疗哪些疾病? 它的禁忌证是什么?	87
8. 常用非甾体抗炎药有哪些?	87
9. 治疗强直性脊柱炎非甾体抗炎药物有哪些?	88
10. 非甾体抗炎药为什么可以用于治疗强直性脊柱炎?	90
11. 强直性脊柱炎患者如何选择非甾体抗炎药?	90
12. 非甾体抗炎药可以联合应用吗?	91
13. 同时服用两种以上的非甾体抗炎药物能提高疗效吗?	92
14. 非甾体抗炎药物有哪些副作用? 应怎样避免和防治?	92
15. 使用非甾体抗炎药物治疗时应该注意什么?	93
16. 非甾体抗炎药与其他药物之间会相互影响吗?	94
17. 可以改善强直性脊柱炎病情的抗风湿病药物有哪些?	96
18. 柳氮磺吡啶的药理作用是什么?	96
19. 柳氮磺吡啶治疗强直性脊柱炎的用法是什么?	96
20. 为什么用柳氮磺吡啶来治疗强直性脊柱炎?	97



21. 柳氮磺吡啶治疗强直性脊柱炎效果如何?	98
22. 柳氮磺吡啶的不良反应有哪些?	98
23. 怎样避免柳氮磺吡啶治疗的不良反应?	99
24. 甲氨蝶呤治疗强直性脊柱炎的药理作用是什么?	100
25. 怎样应用甲氨蝶呤治疗强直性脊柱炎?	100
26. 甲氨蝶呤的不良反应有哪些方面?	101
27. 如何预防甲氨蝶呤的副作用?	102
28. 应用甲氨蝶呤时应该如何补充叶酸?	103
29. 沙利度胺为什么可以治疗强直性脊柱炎?	104
30. 沙利度胺治疗强直性脊柱炎有哪些不良反应?	104
31. 怎样避免沙利度胺治疗后的不良反应?	105
32. 来氟米特治疗强直性脊柱炎的药理作用是什么?	105
33. 来氟米特治疗强直性脊柱炎有哪些副作用?	105
34. 应用来氟米特有哪些注意事项?	106
35. 硫酸羟氯喹为什么能用来治疗强直性脊柱炎?	107
36. 硫酸羟氯喹可能会有哪些不良反应?	108
37. 什么是糖皮质激素?	108
38. 糖皮质激素有哪些分类?	109
39. 糖皮质激素有哪些治疗作用?	109
40. 糖皮质激素有哪些常见的副作用?	110
41. 糖皮质激素应用有哪些注意事项?	111
42. 长期服用糖皮质激素的患者应如何减量与停药?	112
43. 强直性脊柱炎可以进行钙疗吗?	113
44. 艾拉莫德为什么能用来治疗强直性脊柱炎?	113
45. 艾拉莫德治疗强直性脊柱炎时如何使用?	114
46. 艾拉莫德可能会有哪些不良反应?	114
47. 应用艾拉莫德有哪些注意事项?	115
48. 什么是生物制剂?	115



49. 治疗强直性脊柱炎的生物制剂主要有哪些种类?	116
50. 不同生物制剂可以联合治疗强直性脊柱炎吗?	117
51. 生物制剂治疗强直性脊柱炎前景如何?	117
52. 生物制剂治疗强直性脊柱炎与传统的治疗相比有何特点?	118
53. 生物制剂可以联合传统的药物治疗强直性脊柱炎吗?	118
54. 为什么可以尽早使用生物制剂治疗强直性脊柱炎?	119
55. 为什么肿瘤坏死因子抑制剂可用于治疗强直性脊柱炎?	120
56. 治疗强直性脊柱炎常用的肿瘤坏死因子抑制剂主要有几种? ·	120
57. 如何改善肿瘤坏死因子抑制剂治疗强直性脊柱炎的安全性? ·	121
58. 哪些强直性脊柱炎患者不宜使用肿瘤坏死因子抑制剂治疗? ·	122
59. 依那西普在强直性脊柱炎中如何应用?	123
60. 依那西普不良反应有哪些?	123
61. 英夫利西单抗在强直性脊柱炎中如何应用?	123
62. 英夫利西单抗不良反应有哪些?	124
63. 阿达木单抗在强直性脊柱炎中如何应用?	124
64. 阿达木单抗不良反应有哪些?	124
65. 肿瘤坏死因子抑制剂治疗强直性脊柱炎会增加癌症风险吗?	125
66. 肿瘤坏死因子抑制剂有哪些不良反应?	125
67. 强直性脊柱炎患者在妊娠前如何调整治疗药物?	126
68. 强直性脊柱炎患者在妊娠期如何选择治疗药物?	126
69. 为什么有些强直性脊柱炎患者的治疗效果不佳?	128
70. 强直性脊柱炎患者可以用外科手术治疗吗?	129
71. 强直性脊柱炎有哪些手术治疗方法?	130
72. 强直性脊柱炎脊柱病变可选择哪些手术方法?	130
73. 强直性脊柱炎髋关节病变可选择哪些手术方法?	130
74. 强直性脊柱炎膝关节病变可选择哪些手术方法?	131



75. 强直性脊柱炎患者手术治疗的基本条件是什么? 131
76. 早期诊断与药物治疗对强直性脊柱炎患者的重要性? 133
77. 强直性脊柱炎病情复发后应如何治疗? 133
78. 强直性脊柱炎哪些因素与预后差有关? 134
79. 强直性脊柱炎髋关节的病变对预后有何重要意义? 134

第 8 章 中医对强直性脊柱炎的认识和治疗 136

1. 历代中医如何认识强直性脊柱炎? 137
2. 强直性脊柱炎在中医学中有哪些不同的称呼? 138
3. 中医对强直性脊柱炎的病因病机是怎样认识的? 139
4. 中医学认为强直性脊柱炎的内因有哪些? 141
5. 如何进行强直性脊柱炎早期辨证? 142
6. 如何进行强直性脊柱炎中期辨证? 143
7. 如何进行强直性脊柱炎晚期辨证? 143
8. 中医治疗强直性脊柱炎的总原则是什么? 144
9. 中医治疗强直性脊柱炎有哪些特效专方验方? 145
10. 有哪些中成药可以治疗强直性脊柱炎? 148
11. 中医外治法能用于强直性脊柱炎吗? 149
12. 什么是中药敷贴疗法? 150
13. 中药敷贴疗法治疗强直性脊柱炎的经验有哪些? 150
14. 中药敷贴疗法治疗强直性脊柱炎的经验方有哪些? 152
15. 中药敷贴疗法治疗强直性脊柱炎有哪些注意事项? 154
16. 什么是热熨疗法? 154
17. 热熨疗法可以治疗强直性脊柱炎吗? 154
18. 热熨疗法治疗强直性脊柱炎有哪些禁忌及注意事项? 156
19. 怎样应用中药浴和熏蒸疗法治疗强直性脊柱炎? 157
20. 应用中药浴和熏蒸疗法治疗强直性脊柱炎注意事项有哪些? 158
21. 中药外搽疗法是什么? 可以用于治疗强直性脊柱炎吗? 158



22. 什么是推拿疗法? 强直性脊柱炎患者都可以进行推拿治疗吗? ····	159
23. 怎样对强直性脊柱炎患者进行推拿治疗? ·····	160
24. 对强直性脊柱炎患者进行推拿治疗时有哪些注意事项? ····	162
25. 怎样应用针刺疗法治疗强直性脊柱炎? ·····	162
26. 针灸治疗强直性脊柱炎常用穴位有哪些? ·····	163
27. 什么是小针刀疗法? 如何运用小针刀治疗强直 性脊柱炎? ·····	164
28. 为什么刮痧、拔罐法可以用来治疗强直性脊柱炎? ·····	165
29. 如何进行拔火罐治疗强直性脊柱炎? ·····	166
30. 拔火罐治疗强直性脊柱炎时需要注意哪些? ·····	166
31. 什么是艾灸疗法? ·····	167
32. 艾灸治疗包括哪些? ·····	167
33. 怎样利用艾灸治疗强直性脊柱炎? ·····	167
34. 艾灸疗法治疗强直性脊柱炎时需要注意哪些? ·····	168
35. 什么是穴位注射疗法? ·····	168
36. 使用穴位注射疗法需要注意哪些? ·····	169
37. 强直性脊柱炎的中药食疗方有哪些? ·····	169
 第 9 章 强直性脊柱炎的康复治疗 ·····	 171
1. 康复治疗对强直性脊柱炎患者的意义是什么? ·····	172
2. 什么叫物理疗法? ·····	172
3. 哪些物理疗法可以治疗强直性脊柱炎? ·····	173
4. 如何利用直流电药物离子透入疗法治疗强直性脊柱炎? ····	173
5. 如何利用水疗法治疗强直性脊柱炎? ·····	174
6. 如何利用紫外线关节局部照射疗法治疗强直性脊柱炎? ·····	176
7. 如何利用光波浴治疗强直性脊柱炎? ·····	177
8. 如何利用激光疗法治疗强直性脊柱炎? ·····	177
9. 如何利用高频电疗法治疗强直性脊柱炎? ·····	178



10. 如何利用红外线照射疗法治疗强直性脊柱炎?178
11. 如何利用超声波疗法治疗强直性脊柱炎?179
12. 如何利用热疗法治疗强直性脊柱炎?179
13. 运动疗法治疗强直性脊柱炎的必要性是什么?180
14. 采用运动疗法治疗强直性脊柱炎的意义是什么?181
15. 强直性脊柱炎患者肌力训练的内容和方法有哪些?182
16. 强直性脊柱炎患者进行关节活动度训练的原则是什么?182
17. 强直性脊柱炎患者怎样保持髋、膝关节的活动度?183
18. 怎样保持强直性脊柱炎患者胸廓的活动度和呼吸功能?184
19. 强直性脊柱炎患者如何应用器械进行运动训练?184
20. 被动训练对强直性脊柱炎的意义有哪些?185
21. 强直性脊柱炎患者进行全身有氧训练的方法有哪些?185
22. 对强直性脊柱炎患者姿势的控制包括哪些内容?186
23. 强直性脊柱炎患者休息时为什么应将关节保持在功能位?187
24. 强直性脊柱炎患者如何防止关节畸形?187
25. 病重体弱不能下床的强直性脊柱炎患者怎样进行康复治疗?188
26. 传统运动功法能用于强直性脊柱炎患者的康复治疗吗?189

第 10 章 强直性脊柱炎的生活调养与护理198

1. 强直性脊柱炎患者如何选择门诊或住院治疗?199
2. 怎样预防强直性脊柱炎的复发?200
3. 怎样理解和正确对待强直性脊柱炎患者的疼痛?201
4. 强直性脊柱炎的家庭护理工作有何重要性?202
5. 强直性脊柱炎可以进行家庭和自我治疗吗?203
6. 怎样做好患者的心理护理?204
7. 怎样做好患者的生活护理?205
8. 强直性脊柱炎患者的饮食应注意什么?206
9. 强直性脊柱炎患者有什么忌口食物吗?207



10. 强直性脊柱炎患者在服药时应注意哪些方面?	208
11. 强直性脊柱炎患者怎样进行体姿护理?	209
12. 如何预防强直性脊柱炎的病情复发?	211
13. 强直性脊柱炎患者常有哪些性心理障碍?	212
14. 强直性脊柱炎患者可以结婚、妊娠和生育子女吗?	213
15. 强直性脊柱炎会遗传吗?	214
16. 怎样正确对待强直性脊柱炎的家族遗传倾向问题?	215
17. 强直性脊柱炎会导致残疾或死亡吗?	215
18. 如何对强直性脊柱炎的发病进行预防?	216
19. 人类能征服强直性脊柱炎吗?	217
参考文献	217

第 1 章

强直性脊柱炎的基础知识