

加深認識 類風濕關節炎

□ 金德維 脊醫



「聯醫生」，你必定試過：告訴醫生你的病況，那裏出現問題，亦是指定步驟。有趣的是，不少病人見醫生前已經為自己斷了症，例如很多病人談及手腳痛時都說自己患了「風濕」，但經診斷後卻不過是關節退化。很多人對關節疾病一知半解，今期我會與大家談談令人聞之色變的關節疾病——類風濕關節炎。

類風濕關節炎

聽過杏林子這個台灣作家的人，都知道此病令她不能活動自如，而且痛苦不堪。究竟類風濕關節炎是什麼？

- 有系統及延續性的關節疾病，有選擇性地攻擊含有分泌液的組織，令多組關節發炎。
- 通常發生於20至60歲的人身上，其中以40至50歲的人發病率最高。
- 相對來說，40歲以下女性發病率較男性高，比例是3:1，40歲以上的男女則有同等患病機會。
- 除攻擊關節、引起關節病變外，還會引起貧血、淋巴結腫大、心肺和血管病變。

類風關節炎的特徵

出現晨僵

關節及附近的肌肉在起床後僵硬，甚至不能活動，起床、扣鈕、步行甚至握拳也感到困難。

類風濕因子

類風濕因子在少數正常人及許多病患者的血清中可以找到，是抗體的一種。類風濕因子在血清中滴定度的高低，與患者的病情有密切關係。

多個關節及軟組織出現腫脹

最常見的受影響部位是手和腳，由一點開始，逐漸擴散開去；並會出現對稱性的腫脹，身體左右兩側的相同關節會同時出現病變。

• 手部

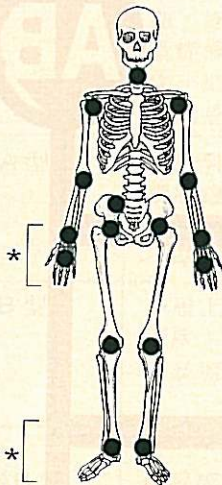
類風濕關節炎會影響手部關節，手腕、手掌及手指都是受攻擊的目標，手指會彎曲變形、關節脹大變形、及不能伸直。

• 頸椎

最初頸部出現疼痛，然後擴展至肩部及鎖骨、背部，頸椎可能出現半脫位，甚至壓迫脊髓。

• 足部

與手部一樣，腳趾關節亦會出現腫脹和變



類風濕關節炎可以影響身體的部位。(黑點位置)

* 常見受影響的部位

形，甚至半脫位，造成腳趾翹起、腳背突出，患者不能大步行走，穿鞋也會出現困難。

• 其他

類風濕關節炎擴展性高，會以向上、向下、橫向和對稱的方式發展，每個關節都有機會受影響，肩膀、腰部、胸口、臀部和膝蓋無一倖免。此外，此病亦有機會影響神經、小腿、手腕等地方，局部失去感覺或有腫脹感覺，

但實際上卻沒有出現腫脹。

由此可見，類風濕關節炎會嚴重破壞關節，造成畸形，影響活動功能，令病人行動不便。不過，類風濕關節炎的發展可分為數個階段，若能及早發現並積極治療，可以減慢病情惡化。

• 初期

患者會出現晨僵，長達1小時，關節出現疼痛腫脹、活動感到困難，但關節還沒有出現畸形。從X光片看來，關節結構無異常，此階段會歷時約兩年。若能把握以上僅有的徵兆並斷症，治療功效會大增。

• 中期

類風濕關節炎發展至中期，患者的關節活動受到影響，但還沒有出現畸形，附近的肌肉開始出現變化，關節的軟組織也會受到損害，從X光片看來，軟骨會出現輕度的破壞，骨質出現疏鬆。

• 後期

此時，關節開始出現畸形，如半脫位、腫脹、肌肉開始廣泛地萎縮，關節的軟組織持續受損，軟骨和骨質都受到侵蝕和破壞，最後不能活動。X光會顯示骨質疏鬆、關節結構嚴重破壞。

治療着重關節活動

治療的原則是保持關節活動。不錯，患者在活動關節的時候會出現劇痛，但終日臥床，逃避痛楚，只會導致病情惡化，造成不可逆轉的畸形，甚至終身殘疾。治療方法主要是針對關節，幫助舒緩患者的疼痛和腫脹，防止病情惡化，保持關節功能。



左圖顯示類風濕關節炎患者一般會被侵蝕的關節(陰影部份)。右圖的X光片顯示患者的關節已出現偏移及屈曲的情況。

過去本人曾談及風濕性關節炎及強直性脊椎炎，再加上今期的類風濕關節炎，希望讀者對關節炎有較全面的認識，以下圖表總結了以上三種關節炎的特點：

	風濕性關節炎	強直性脊椎炎	類風濕關節炎
特徵	天氣轉變、疲倦、過度活動時會出現疼痛。	附着脊椎關節部位的肌腱及韌帶發炎，關節失去活動能力。	身體各部份的關節都有機會受破壞，造成腫脹、變形，甚至不能活動。
成因	關節退化、關節軟骨受破壞、長短腳。	不詳，但部份學者相信與免疫功能出現問題有關。	不詳，但公認與免疫系統有關。
病發	年輕以至老年人也有機會。	15至35歲，男性病發率較高。	20至60歲，40歲以下的女性病發率稍高。
治療	冷熱敷、伸展運動及牽引(必須由醫生指示及進行)	維持關節活動，鍛鍊腰背肌和呼吸肌肉。	保持關節活動。