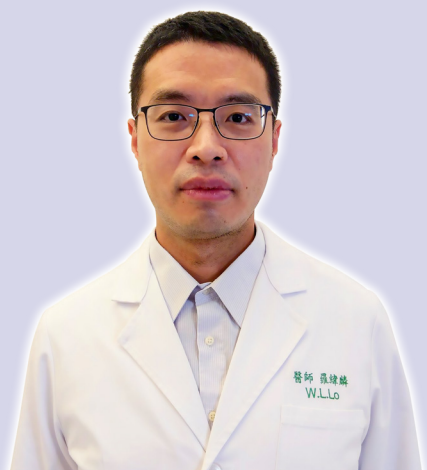


# 您「卡」關了嗎？ 談類風溼性關節炎

◎基隆長庚風濕免疫科主治醫師 羅緯麟

◎基隆長庚風濕免疫科主治醫師 吳詹永嬌 校閱

封面故事



專長 | 紅斑性狼瘡、類風溼性關節炎、僵直性脊椎炎、乾燥症、痛風、過敏、血管炎

**69** 歲的林先生，來門診的主要原因是1個月以上多處手指關節持續腫脹疼痛及伴隨手指僵硬卡卡而先到診所求診，在診所抽血後發現類風濕因子的數值超標而轉來門診求助。理學檢查下，發現病人有雙手多處對稱性手指關節壓痛和腫脹，再度抽血後，除了高指數的類風濕因子外，另一個跟乾燥症相關的指數也顯示陽性

狀況，詢問病人後，病人反應確實也有口乾舌燥的情形。考量到病人慢性的手指關節炎及高指數的類風濕關節炎因子，符合類風濕性關節炎的診斷。除了給予病人消炎止痛藥和類固醇以外，同時也加上3種抗風濕調節藥物 (DMARD) 予與治療。經過1個月的治療後，病人回診反應手指關節疼痛和僵硬的情況有所改善，同時也囑咐病人需要定期抽血以追蹤相關發炎指數和肝腎方面的功能是否有所變化。

類風濕性關節炎為一種自體免疫異常所導致的慢性發炎性疾病。致病原因除了可能與個人身上帶有易造成類風濕性關節炎的特殊基因有關以外，一些外來的病原體感染像是病毒等，亦可能誘發身體產生類風濕性關節炎。雖然本病個案為男性，但此病的好發族群是偏好於女性。來門診求治的類風濕性關節炎病人，最常見的早期臨床表現為超過6個星期的多處

小關節，尤其是在手指部位，發生疼痛的情況，而這現象多為雙手對稱性的分布。除此之外，受侵犯的關節還有早上起床後持續超過 1 個小時的晨僵現象，而這種現象通常隨著局部手指的活動而能獲得改善。

相對而言，退化性關節炎則是活動愈多，手指關節的不適感則會加重。另外，退化性關節炎的好發部位是手指的遠端關節並且時常看到賀氏結節 (Heberden's nodes)，這跟類風濕性關節炎好發於掌指關節或手指近端關節處是有所不同的。除此之外，類風濕性關節炎造成的手指變形與紅斑性狼瘡不同的是，無法藉由外力將變形的手指扳回正常位置。X 光下則可看到受侵犯的關節有被侵蝕 (erosion) 的痕跡。超音波底下則可看到受侵犯的關節處有滑液膜發炎的情況。除了手指外，手掌掌骨亦是類風濕性關節炎好侵犯的部位。

除了影響關節外，類風濕性關節炎造成的滑液膜發炎，有時亦可能在手腕部引起腕隧道症候群現象而導致手腕手指出現麻的情況。此外，由於滑液膜發炎腫脹，亦可能使手指在伸展時出現卡住不易伸直的板機指情況。若確診為類風濕性關節炎而未接受治療，由於關節長期發炎並遭到破壞，不少病人之後因此發生手指變形的情况。除此之外，此病亦可能會侵犯到頸椎第一及第二節而導致關節的脫位，病人若身處於震盪的環境如搭飛

機時，可能會因為此處關節的脫位而傷及到腦部。


類風濕性關節炎目前仍未有可治癒的藥物，但現今有許多藥物如抗風濕調節藥物等可延緩病情的惡化。由於此病是慢性疾病，儘管治療之後關節腫脹疼痛情況獲得改善，這些藥物還是必須繼續服用不能中斷。而當這些抗風濕調節藥物無法達到緩解病人的症狀時，就可考慮使用生物製劑小分子類的藥物，若抽血發現到發炎指數上升，代表疾病正處於急性活耀的狀態。急性期的狀況下通常會給予類固醇以達到快速控制病情的效果。然而，由於高劑量的類固醇長期使用可能會導致感染或骨質疏鬆症的發生機率上升，一旦達到緩解症狀的目標後，醫師會逐步調降類固醇的使用量以減少副作用的發生。因此，類固醇雖然可能會造成一些副作用，但是若能維持在低劑量下仍是可幫助延緩病情的惡化。



▲類風濕性關節炎導致的手指關節變形

吸菸會增加類風濕性關節炎的發炎現象，因此會鼓勵病人戒菸，而在手指關節發炎的當下，也要告誡病人勿做需要手指出力如擰毛巾或開瓶蓋等動作。另外，雖然高濃度的類風濕因子可以代表病人有類風濕性關節炎的可能，但一些疾病如乾燥症（修格蘭氏症候群）、冷球蛋白血症、和 C 型肝炎都可能使此數值上升，因此若懷疑是類風濕性關節炎，通常抽血會另外加驗抗環瓜氨酸抗體 (anti-CCP)，而此項指標對於診斷類風濕性關節炎的精確性更高。值得注意的是，含有高數值的類風濕性因子或抗環瓜氨酸抗體 (anti-CCP) 的病人，之後發生關節以外其他器官病變像是肺纖維化的比例也會大幅上升。而肺纖維化病人，臨床上可能會以乾咳或呼吸喘來表現，肺功能檢查可見肺容量下降的情況，影像學上則可見到肺部內出現慢性的纖維變化。一旦發生肺纖維化，嚴重的病人甚至在日常生活中需要長期使用氧氣以減緩呼吸喘的情形。

除此之外，部分病人在手腳的伸展側部位則可能因為小血管發炎，而出現無痛性的類風濕結節。值得注意的是，類風濕結節也可罕見發生於肺部、心臟或眼睛的鞏膜等處，研究亦顯示，出現類風濕結節，可能代表患者有預後不佳的情況。除了類風濕結節，X 光上若早期發現到關節有被侵蝕破壞的現象，或是抽血發現發炎指數上升，有家族性的類風濕性關節炎時，亦代表著整體預後情況的不佳。

除了需控制關節發炎，類風濕關節炎的病人相較於正常人而言，有較高比例的機會會發生心血管方面的疾病。因此，必須告誡病人往後除了監測關節炎的程度之外，同時也要控制血脂和血糖，這些亦可從定期抽血來得知正常與否。而在使用免疫調節劑時，若病人有計畫或正在懷孕時，則必須告知醫師來做適當的藥物調整。飲食方面則建議以清淡少油的食物為主，因為油炸類的食物在體內容易產生自由基而加重身體發炎的情況，進而惡化關節。另外，也鼓勵病人平日要有適度的運動。也要注意切勿聽信使用來路不明的偏方而延誤治療的黃金時間。目前雖無特效藥能根治類風濕性關節炎，但若能遵照醫囑按時服用藥物，病人仍可維持一定的正常生活品質！



▲類風濕結節