

# 紅斑性狼瘡與懷孕： 一場希望與挑戰的旅程

◎林口長庚婦產部產科主治醫師 李彥璋

**紅**斑性狼瘡（Systemic Lupus Erythematosus, SLE）是一種自體免疫疾病，患者的免疫系統會錯誤地攻擊健康的組織和器官，造成發炎和損傷。這個疾病可以影響全身多個器官如：皮膚、關節、腎臟、心臟、肺部等。紅斑性狼瘡的病程往往波動，症狀可能在一段時間內加重，然後再恢復穩定。對於紅斑性狼瘡患者來說，懷孕是一個充滿變化及挑戰的過程，但也是一個充滿希望的旅程。在這篇文章中，我們將討論紅斑性狼瘡患者在懷孕前後的注意事項、挑戰與管理策略，以幫助患者了解如何在懷孕期間維持健康，並有效控制病情。

## ● 紅斑性狼瘡與懷孕的關係

紅斑性狼瘡是一種全身性

免疫疾病，會對身體的多個器官產生影響。因此，相較於一般孕婦，患者在懷孕期間的健康狀況會受疾病的影響，以致於有較高的機會產生妊娠併發症，同時也影響胎兒的發育及健康。對於紅斑性狼瘡患者來說，懷孕之前進行充分的準備工作以及了解疾病對懷孕的潛在風險，是非常重要的。

## 一、懷孕對紅斑性狼瘡的影響

在懷孕期間，女性的免疫系統會有所變化，這對紅斑性狼瘡的控制可能產生不同的影響。有些患者的症狀會在懷孕期間保持穩定，甚至得到改善；然而，也有部分女性會發現症狀惡化，這包括皮疹、關節痛、腎臟功能問題等。

## 二、懷孕對胎兒的影響

紅斑性狼瘡患者懷孕時，胎

兒可能面臨一些風險，雖然這些風險並非每位患者都會出現。以下是一些潛在的風險：

- **早產：**紅斑性狼瘡患者相較於一般孕婦有較高早產的風險，特別是在病情不穩定的情況下。
- **胎兒生長受限：**紅斑性狼瘡的孕婦其胎盤可能會受到影響，導致胎盤功能不良，進而影響胎兒的氧氣和營養供應，增加胎兒生長遲緩的風險。
- **自體免疫抗體對胎兒的影響：**部分紅斑性狼瘡患者的血液中含有 anti-SSA/Ro 或 anti-SSB/La 抗體，這些自體抗體可能會穿過胎盤，導致新生兒狼瘡，甚至導致先天性心臟傳導異常。

因此，對於紅斑性狼瘡患者來說，懷孕前應該先詳細了解自己的病情，配合醫師指示調整藥物以穩定病情，並計畫好懷孕的時機，以最大限度地減少風險。

## ● 懷孕前的準備

### 一、確保病情穩定

在計畫懷孕之前，患者需要確保紅斑性狼瘡處於穩定期。尤

其是有狼瘡性腎炎的病人，至少在懷孕前6個月內沒有出現病情的惡化。為了確保病情穩定，患者應與婦產科及風濕免疫科等專科醫師進行密切的合作和監測。

### 二、調整藥物

某些藥物對胎兒有不良影響，因此在計畫懷孕之前，患者應與醫師討論，調整或更換藥物。例如，類固醇和免疫抑制劑等藥物在懷孕期間可能需要調整劑量或停止使用。

### 三、健康生活方式

保持健康的飲食和作息習慣對於懷孕期間的健康非常重要。充足的睡眠、均衡的飲食以及適度的運動能夠幫助患者保持身體的最佳狀態，對於懷孕的順利進行非常有幫助。孕前補充葉酸有助於降低胎兒神經管缺損的風險。

## ● 懷孕期間的管理

懷孕期間，紅斑性狼瘡患者需要定期就醫，進行病情及胎兒監測和調整治療計畫。以下是一些懷孕期間需要注意的事項：

### 一、定期檢查

懷孕期間，患者需要定期接

受婦產科醫師和風濕免疫科醫師的檢查，包括血液檢查、尿液檢查、超音波檢查等。這些檢查有助於及早發現異常並及時調整治療。

## 二、控制病情

保持紅斑性狼瘡的穩定是懷孕期間最重要的目標。患者需要遵循醫師的建議，按時服用藥物，並避免引發病情惡化的因素，如過度勞累和感染等。在懷孕期間，免疫抑制劑和抗發炎藥物的使用需要在醫師的指導下進行調整，不可自行停藥，以免病情加重。

## 三、注意胎兒健康

為了確保胎兒的健康，患者需要定期接受產檢。相較於一般孕婦，紅斑性狼瘡的患者的產檢頻率可能會有所增加，對於有 anti-SSA/Ro 或 anti-SSB/La 自體抗體的患者，醫師會建議定期檢查胎兒的心臟健康，及早發現心臟問題。

## 分娩與產後護理

### 一、分娩方式的選擇

大多數紅斑性狼瘡患者可以進行自然分娩，但這需要根據患

者的具體情況來決定。

## 二、產後護理

生產後，患者的病情可能會有所波動，因此需要在產後進行密切的監測及調整用藥。此時，患者應該繼續與醫師保持聯繫，確保病情不會惡化，並根據需要調整治療計畫。

## 結語

懷孕對於紅斑性狼瘡患者來說，既是一個挑戰，也是一個充滿希望的過程。通過在懷孕前進行充分的準備、在懷孕期間密切監控病情、以及在產後提供適當的照護，多數紅斑性狼瘡患者仍然能成功完成懷孕並迎來健康的寶寶。最重要的是，患者需要與專業醫療團隊保持良好的溝通，制定適合自己的治療計畫，並在懷孕過程中保持積極的心態。如此，不僅能保障自身及胎兒的健康，也能為未來的家庭生活奠定良好的基礎。🌱

