



養和杏林手記

2015 年 10 月 2 日

《淺談風濕病》

| 撰文：李家榮醫生



養和醫院風濕病科中心主任

文章刊於 2015 年 10 月 2 日《信報財經新聞》健康生活版《杏林手記》專欄

在診室中，常常和病人及醫學生談到一個話題，便是各種風濕病的成因。其實自古至今，在醫學的領域中，探求不同疾病的成因便吸引了很多先賢和學者窮一生的精力去研究和論證。當中的表表者包括在西方醫學中尊稱為醫學之父的古希臘人希波克拉底。他提出疾病並不是個人遭受天譴或一些超自然的原因，而是因為受飲食生活習慣或環境的因素影響。他提出體液學說，並認為疾病是因為 4 種不同的體液（4 種體液、元素，代表了不同的特質，如寒熱濕燥等）失去了平衡而導致的，但經過了漫長的歲月，在各方面的科學和醫學的發展讓我們更正確和清楚理解不同病症的病因病理。正因如此，我們才可以清除一些舊有錯誤的觀念，更能正確及有效地治理疾病。就讓我們以不同的風濕病為例子逐一探討。

在坊間，很多人都以為長期曝露身體及關節於潮濕的環境中，會容易導致「風濕」、關節痛等病徵，但最常見的骨關節炎其實是與創傷勞損、體重或遺傳因素有關。例如一位身形肥胖的膝骨關節炎患者，便應從保護關節及控制體重着手；而痛風關節炎，則是由於在飲食中攝取過量嘌呤，導致體內尿酸積聚而誘發的。若患者真正確診為痛風關節炎，則應用藥物控制發炎及降低尿酸，並在飲食上注意避免進食如菇類、豆類、內臟、紅肉，以及一些海產等食物。事實上，這兩種關節病的成因都與颶風下雨無關。

徵狀類似成因各異

在風濕病科中，還有其他的發炎性關節炎，例如類風濕關節炎、強直性脊椎炎、銀屑病關節炎等。而這 3 種病都不約而同會影響病人的關節。類風性關節炎主要影響手、腳的關節，特別是細小的關節。強直性脊椎炎則是攻擊脊椎、骶髖關節，不過亦有三分一病人的外周關節亦會受影響。銀屑病關節炎是發生於與銀屑病（以往稱為牛皮癬，一種慢性非傳染性皮膚病）的關節問題，而表徵是多樣化，可以寡關節或多關節的疾病，此類發炎性關節炎的病理，與免疫系統失調關係密切。近年的研究亦告訴我們在此等發炎性關節炎內一些引致關節發炎的蛋白或細胞素，可藉此研製一些針對性

藥物如生物製劑，保護關節免受破壞和侵蝕，大大提升治療效果。至於成因方面，研究亦找到與類風濕關節炎相關的遺傳因子和吸煙與其密切的關係，其中強直性脊椎炎患者中有九成人帶有 HLA-B27 遺傳因子。

還有一些病人的關節炎是與系統性的自身免疫系統疾病如紅斑狼瘡症有關；而根據研究，紅斑狼瘡症與一些遺傳因子、紫外光及女性荷爾蒙有着不同程度的關係。關節炎只是紅斑狼瘡症的其中一個病徵，若未能及早診斷，紅斑狼瘡有可能影響關節以外的一些重要內臟器官例如腎臟、心臟甚至神經系統。

另外，個別病人因受細菌感染而令關節紅腫發炎。急性的細菌發炎會引致患者身體甚為不適並常伴隨有發燒等徵狀，慢性的細菌感染例如肺結核菌，則患者未必有發燒等病徵而容易被忽略。及早正確診斷、盡快處方抗生素並在適當的情況下安排手術清洗關節，能減少細菌破壞關節的程度。因為細菌入侵關節後，能在短時間之內嚴重破壞相關組織，最終引致長遠的後遺症。

並非只與潮濕相關

由此可見，不同的風濕病可以由於工作勞損、可以由於飲食新陳代謝，也可以是因為免疫失調或細菌感染引致的。所以，當處理一些有關節毛病的病人，首要任務是弄清楚背後的病症和成因以及一些相關因素。若患者只是認為其關節的問題單單與潮濕有關，不信任醫生，便難以對症下藥，甚至錯失及早醫治的機會。近年風濕病科的研究重複告訴我們，對症下藥與及早治療十分重要。就正如類風濕關節炎，患者若未能在發病頭數月得到正確適當的治療，將來能夠停藥的機會便會遞減。

這不是說我們已經把所有不同風濕病的病因病理的謎底完全解開，仍有很多研究在不同的範疇中繼續探尋各種風濕病的相關病理，但肯定的是，我們今天較舊日對風濕病的理解更廣更深。所以當自己或身邊的家人患上風濕關節炎的問題，便不應被一些舊日似是而非的概念所誤導，而錯失了及早釐清背後的疾病並接受正確治療的機會。

| 撰文：李家榮醫生

養和醫院風濕病科中心主任