



年轻男性腰痛 不只要看骨科

风湿免疫科考虑一下



26岁的黄先生是一名汽车修理工,最近两年经常会出现下腰部酸痛,尤其是早晨起床更为严重,开始黄先生总以为是工作劳累导致的,没怎么重视。近半年除了腰痛又多了右膝关节肿胀的毛病,就于当地社区医院,考虑为滑膜炎,经过理疗后缓解,但很快又发作。几经周折,黄先生到天津中医药大学第一附属医院风湿免疫科看病,经检查后初步考虑为“中轴型脊柱关节炎”,经血清HLA-B27阳性,骶髂关节CT显示骶髂关节炎,最终诊断为强直性脊柱炎。经中西医结合治疗半年左右,黄先生病情稳定,也恢复了工作。黄先生得知偶像周杰伦也患有强直性脊柱炎时,不禁自嘲说,这就是没有明星的命,却有明星的病。

天津中医药大学第一附属医院风湿免疫科刘维教授告诉记者,人们一般遇到腰痛首先想到是骨科的问题,这在中老年人没啥错,因为腰椎退行性病变确实蛮多的。如果是年轻人没扭着没伤着就觉得腰痛,还是应该查查风湿免疫方面的问题,排除一下脊柱关节炎的问题,以免走弯路耽误治疗时机。

今天我们一起了解一下这种多发于青年男性的脊柱关节炎——强直性脊柱炎,男女发病比率大约为3:1。

脊柱关节炎有很多种

脊柱关节炎,以往被称为血清阴性脊柱关节病,属于风湿免疫病的一种,是一组相互关联的侵犯脊柱、外周关节和周围结构的炎症性疾病。脊柱关节炎分中轴型脊柱关节炎、外周型脊柱关节炎和混合型脊柱关节炎,包括强直性脊柱炎、反应性关节炎、银屑病关节炎、炎性肠病性关节炎、未分化型脊柱关节炎等。

黄先生属于中轴型脊柱关节炎,主要累及脊柱和骶髂关节,有可能合并脊柱外的其他组织的炎症,如膝关节炎、跟腱炎、眼色素膜炎等。

中轴型脊柱关节炎包括强直性脊柱炎

影像和症状是诊断最重要的因素,中轴脊柱关节炎发病年龄一般小于45岁,有慢性腰痛,影像学有骶髂关节炎表现,还要有至少1条脊柱关节炎的特点;HLA-B27阳性者至少要加上2条其他的脊柱关节炎的特点。

脊柱关节炎通常的表现有:炎性腰痛;关节炎;跟腱炎;色素膜炎;指(趾)炎;银屑病;克罗恩病/结肠炎;非甾体抗炎药物治疗有效;脊柱关节炎家族史;C反应蛋白升高;CT或核磁显示的活动性炎症,高度提示与脊柱关节炎相关的骶髂关节炎;X线显示符合明确的骶髂关节炎。

强直性脊柱炎临床表现不典型

因为症状经常不典型,缺乏特异性,强直性脊柱炎的误诊率非常高,患者通常是几经周折最终才来到风湿科就诊。其临床表现的特点可以归纳为六个方面:

- 1.腰背部不适:休息后加重,晨起具有僵着不适感。
- 2.下肢大关节炎:如膝关节肿痛等。
- 3.肌腱附着点炎:表现为足跟痛等。
- 4.虹膜睫状体炎:可见到眼睛发红。
- 5.家族聚集性发病:有遗传倾向。
- 6.青年男性多见:发病年龄通常小于40岁。

这些表现不一定同时出现在同一个患者身上,只要符合一两条就要高度重视,及时到风湿科就诊。

强直性脊柱炎腰痛和腰椎间盘突出症表现不同。强直性脊柱炎的慢性腰痛隐匿出现,可伴有交替性臀部痛;夜间痛,常于后半夜疼醒;晨僵感,多大于半小时;活动后改善,休息不能缓解。腰椎间盘突出症则表现为机械性腰痛,活动后加重,可伴下肢放射痛等。

怀疑强直性脊柱炎需要做这些检查

骶髂关节CT是诊断强直性脊柱炎的重要检查手段,另外血清HLA-B27、血沉、C反应蛋白对本病诊断也具有重要意义。对于强直性脊柱炎,风湿科医师的专科查体有Schober试验,指地距、枕墙距等,这些检查能帮助诊断,在判断治疗结果上也有一定用途。

强直性脊柱炎的危害

强直性脊柱炎无法完全根治,如果不经过风湿科专科治疗,随着病情的发展会导致关节畸形,晚期未治疗患者脊柱呈

现“竹节样改变”,严重驼背,甚至回头都需要身体跟着旋转。另外,如果强直性脊柱炎出现虹膜睫状体炎,治疗不及时,会导致失明。

尽管强直性脊柱炎无法根治,但并不代表它是不治之症。目前人类对于很多疾病都无法根治,比如常见的高血压、糖尿病等,但是我们可以控制病情。强直性脊柱炎我们通过中西医结合治疗,可以减轻症状,控制病情进展,维持患者较高的生活质量。只要及时进行风湿科专科规范治疗,通常不影响寿命。

强直性脊柱炎治疗手段多

药物治疗:1.非甾体抗炎药,比如双氯芬酸钠、洛索洛芬钠等;2.生物制剂,主要是肿瘤坏死因子受体拮抗剂等;3.对于病情较重或合并虹膜睫状体炎的患者可酌情使用糖皮质激素;4.免疫抑制剂,如柳氮磺吡啶等。上述这些药物疗效确切,但须注意不良反应,比如胃肠黏膜损伤、股骨头坏死、骨质疏松、肝肾损伤、血液系统损伤等。

中医治疗:这是天津中医一附院风湿科的特色,刘维教授作为中国中西医结合学会风湿免疫学会的候任主任委员,带领团队处在全国领先的地位,数年前就开设了“脊柱关节炎中医专病门诊”,对本病进行多途径序贯治疗。强直性脊柱炎在中医学里面属于“痹证”“大痲”等病的范畴,属于先天禀赋不足,肾虚督弱,风寒湿热痰瘀痹阻,不通则痛,发为本病。在治疗上中医需要辨证论治,根据寒热虚实,确定治法,选择汤剂,最常用方剂有独活寄生汤、斑龙丸、四妙散等。另外,中药熏蒸、针灸、针刀等疗法,治疗本病安全有效。

此外,规律肌肉强度和活动度锻炼也是强脊炎治疗中重要一环。

强直性脊柱炎能预防

风湿免疫疾病发病大多有诱发因素,所以注意下面的问题可能有助于预防本病的发生。

- 1.饮食合理:避免过多服用腥膻发物、辛辣刺激食品,不要过度饮酒等;
- 2.作息规律:避免熬夜,使身体得到充分休息,使机体具有良好调节能力;
- 3.保持心情舒畅:情志抑郁等不良情绪会导致诸多疾病的发生;
- 4.避免受凉:避免冒风寒、久卧湿地等;
- 5.适度运动:比如太极拳、游泳等;
- 6.出现腰痛、关节痛、足跟痛、眼睛发红等症状及时到风湿科诊疗,将疾病尽早扼杀在萌芽之中。

专家提醒:直面强直性脊柱炎三个重点

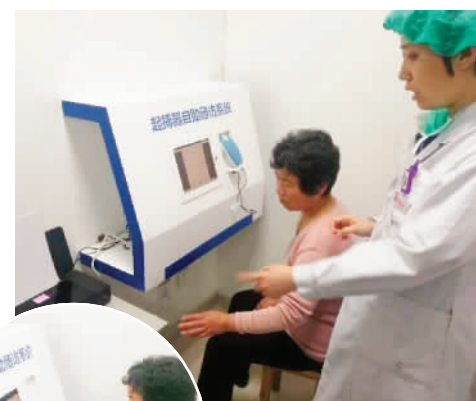
- 1.早期规范专科治疗。早期治疗,不要拖延疾病;专科规范治疗,遵医嘱合理用药,不要随意停药。
- 2.正确理解强直性脊柱炎。要重视,不要害怕。得这个病没那么要紧,张嘉译、周杰伦、蔡少芬等一众明星都有强脊炎,也都在治疗,病情大都控制得不错,你也可以的。
- 3.有关生育:强直性脊柱炎具有遗传倾向,但并不是百分百遗传。即使有易感性,后代子女只要注意生活方式,经过科学指导,通常也不会进展为强直性脊柱炎。因此,强直性脊柱炎患者在经过专科规范治疗,病情稳定后是可以正常结婚生育的。

药物试验招募

最近中医一附院风湿免疫科启动了一项“脊痛宁片治疗中轴型脊柱关节炎的临床药物观察”项目,这是国家药品监督管理局批准的一项重要研究。如果您是轻度、中度符合的中轴型脊柱关节炎患者,可以报名参加本次药物试验。符合条件的患者可进行免费检查,随机分组提供药物——药物和检查都是免费的,不过您要按时复查,并配合医生记录相关资料,疗程三个月,以期能够帮到其他病友。天津只有30个名额。

本报记者 邱琳荃 通讯员 张博

胸科医院 起搏器自助随访系统开工



随着医学进步,心脏病患者安装起搏器的人群越来越多了,起搏器门诊也越来越忙了。为更好地服务患者,减少起搏器安置术后

患者门诊随访等候时间,天津市胸科医院在起搏器门诊安置了专业起搏器随访平台,美敦力的起搏器自助随访系统。对于使用美敦力 SED01 系列以上型号起搏器的患者,可以通过电脑界面提示,自助完成起搏器的随访。胸科医院负责起搏器门诊的吴冬燕主任医师告诉记者,起搏器自助随访系统最主要的功能是远程、自助和数据统计的功能,在随访患者比较多的时候,患者可以自助测试数据。患者自己操作,用5-6分钟的时间对起搏器的工作情况进行检测,打印出数据,医生再根据数据情况判断是否需要调整,对患者来说方便了不少,也减轻了医生的压力。

这个系统未来的主要工作领域应该是在社区,远程嘛,测试的结果上传到数据库,如果程控结果显示起搏器工作正常,就不需要再接受人工程控来修改参数。此外,这个系统的统计功能,能将每个患者的起搏器按照序列号“归档”,当患者起搏器程控记录丢失后,也可以从随访网站上调取既往起搏器数据,实现起搏器数据的电子化。

这个随访平台是世界上第一个用于医疗机构的起搏器远程监测云平台,患者可应用随访探头根据屏幕提示完成整套随访流程,随访数据即刻上传云平台,临床医生可随时随地登录平台查看患者完整数据报告、进行分析解读并做出准确快速的判断,最终打印完整报告。这是远程医疗监测技术的一项新应用,是“互联网+智慧医疗”的充分体现。

天津市胸科医院是继北京阜外医院之后,天津市首家安置 CareLink Express Mobile 起搏器随访平台的医院。

本报记者 邱琳荃 通讯员 张平 屈志萍

健教义诊

胸科医院 哮喘讲座

哮喘是呼吸科的常见病与多发病,从小孩到60岁以上的老人,都可能发生,哮喘患者做好自我管理尤为重要。胸科医院呼吸与危重症科有关专家6月23日(周日)上午9:00-11:00在门诊二楼教室举办哮喘健康讲座。讲座内容:1.景国慧主任主讲《成人哮喘的自我管理》;2.俞绮虹主任主讲《哮喘控制不好的原因和对策》;3.林燕萍主任教大家《跟着林主任做呼吸操》。