

佛教大林慈濟綜合醫院

門診衛教記錄表

- 一、主辦單位：過敏免疫風濕中心
- 二、衛教主題：認識僵直性脊椎炎 3-治療
- 三、衛教日期：98年2月28日
- 四、衛教時間：9:30 ~ 10:00
- 五、主講者/記錄者：呂明錡醫師/陳秀蓉

內 容 摘 要

如何治療——僵直性脊椎炎

運動復健及正確用藥缺一不可的。

在治療當中以藥物治療為主約有7-8成，再以運動復健恢復輔助方式也是很重要的。

運動復健

- 復健治療包括適當的運動計畫，對減輕疼痛維持脊椎功能也具有良好的效果。
- 物理治療部分如石臘浴、短波、干擾波、雷射、交替浴（Contrait Both 熱冷療交替使用）都可以應用。
- 常應用在僵直性脊椎炎的復健運動包括水中復健運動及墊上伸展運動。
- 在日常生活或工作中，也要注意保持正確的姿勢；睡覺時，則建議使用稍硬床墊。
- 應避免長時間維持一個姿勢不動
- 搬抬重物時要利用環境輔助，並盡量將重物靠近身體的重心（即肚臍處）
- 激烈碰撞的運動或長時間不動脊椎的運動則要避免

藥物方面

- 非類固醇消炎止痛劑是第一線的抗發炎藥物。
- 其中最重要的發展就是所謂的Cox-2抑制劑
- 第一型的是Cox原發型，扮演的是身體裡面的保護者，它是生理上就有的東西，保護我們身體，尤其是胃壁和腎臟；第二型的Cox是一個病理性，攻擊性、誘生性的，發炎時才會產生、才會活躍。
- Cox-2抑制劑減少腸胃道潰瘍的機會

Cox-2抑制劑是否會引起心臟病

- 過去，的確有其中一種Cox-2抑制劑Vioxx偉克適比較容易造成心血管病變。
- 然而之後其他現存及新上市的Cox-2抑制劑均有經過研究評估，並不會比傳統的消炎止痛劑容易造成心臟病。
- 事實上得到僵直性脊椎炎或是風濕病患者本身就是得到心臟病的危險因子，因為疾病關係，所以關節活動不是很自然，相對就減少活動。
- 注意心血管危險因子的控制如：抽煙、喝酒、飲食．．等。

免疫調節劑

- 目前大概在AS用的藥物包括Sulfasalazine和Methotrexate (MTX)
- MTX常搭配葉酸來減少其副作用。
- MTX (至善) 是古老的化療藥物 (血癌)，但是目前大部份是使用在風濕科作為控制關節炎的重視藥物。
- 對一些除了脊椎外，同時有周邊關節炎或肌腱炎、筋膜炎的病患，具臨床療效。

生物製劑應用在僵直性脊椎炎

傳統的免疫抑制劑—整個免疫系統不論好壞都會受到影響

抗發炎的精靈飛彈-抗腫瘤壞死因子為標靶的治療

- 由於現在突飛猛進的生物科技之賜，科學家已知道腫瘤壞死因子在類風濕性關節炎的發炎反應中扮演重要而特殊的反應
- 設計特殊的蛋白質來阻斷或去除腫瘤壞死因子
- 在臨床上，很快的應用類風濕性關節炎患者的身上，並且得到很好的效果，如復邁及恩博

準確的針對目標，減少其他正常細胞的傷害



生物製劑「腫瘤壞死因子阻斷劑」

- 對於僵直性脊椎炎的所有症狀包括下背痛，肢體關節炎，慢性的肌腱炎及筋膜炎均有相關好的療效
- 對於僵直性脊椎炎的相關症狀如虹彩炎，乾癬及腸道發炎也有療效
- 適用於傳統藥物治療效果不佳的患者

個案

- 50歲男性，長期背部疼痛十多年以上
- 從事勞動工作，自覺得是工作過勞
- 背痛在清晨會加劇，但起來活動就會改善
- 曾經到骨科求診，但是只說是骨刺
- 有一天在看節目介紹僵直性脊椎炎，覺得跟自己症狀很像，因此來風濕科就診
- 經抽血，照X光檢查確認為僵直性脊椎炎，開始接受藥物的治療
- 治療後腰痛的狀況大幅改善
- 遺傳基因HLA-B27檢查是陽性，詢問其親戚及子女是否有背痛的狀況，之後陸續檢查出家族有數人也是僵直性脊椎炎
- 可是患者本身脊椎已經完全沾黏，活動度非常有限



結論

- 長期下背痛要小心是否有僵直性脊椎炎的可能
- 如果沒有正確診斷及治療，僵直性脊椎炎會造成脊椎不可逆的變型
- 目前藥物及運動復健可以有效治療僵直性脊椎炎風濕病
- 生物製劑可以有效治療嚴重且傳統藥物效果不佳的患者

謝謝大家的聆聽！