

僵直性脊椎關節炎



地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

網址：edah@edah.org.tw



本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫院

表單編號：HA-1-0082(2)

義大醫院 20X20cm 100.09印製 100.05月修訂



義大醫院

E-DA HOSPITAL / I-SHOU UNIVERSITY

編印

僵直性脊椎關節炎

一、何謂僵直性脊椎關節炎？

僵直性脊椎關節炎是一種脊椎關節的慢性發炎性疾病，主要以下背痛來表現，好發於20至40歲之年輕男性，但女性也可能發生，只是病例較少且病情較輕。

二、僵直性脊椎關節炎之症狀：

1. 慢性下背痛。
2. 晨間脊椎僵硬：尤以早晨剛起床時間，活動後症狀會減輕。
3. 運動範圍受限。
4. 除了造成關節發炎外，亦可能侵犯身體其他部位，尤其眼睛會造成葡萄膜炎或腎臟病變。

三、僵直性脊椎關節炎之治療：

1. 藥物治療：

- (1) 消炎止痛藥 (NSAID)：
目的在減輕疼痛，使病人能多做運動，並增進生活品質，但無法改變病程。
- (2) 免疫抑制劑：
依醫生指示服藥。最常被使用的藥是“磺銨匹林” (Sulphasalazine)，具有調節免疫系統的功能，可改變疾病的活性。
- (3) 抗腫瘤壞死因子製劑：(anti-TNF2 agents)
可以減輕疼痛，控制疾病活性，目前在台

灣如果病情嚴重對於傳統治療

(如 Sulfasalazine 加上 NSAID 的治療效果不佳)，可以考慮向健保局專案申請此類藥物治療。

2. 手術：

對脊椎嚴重變形的病人，可以手術改善關節功能，髖關節嚴重受損病人可行關節修補或置換術。

四、居家照護注意事項有：

1. 運動

- (1) 脊椎活動範圍及增進生活品質是非常重要的，如柔軟體操、游泳、跳舞。
- (2) 正確姿勢也很重要，應避免長時間維持同一個姿勢不動(如“癱”在沙發上看電視)
- (3) 避免舉重物或提重物，以免增加腰部的負擔而造成腰痛，多做伸展脊椎的運動，以防脊椎變形。

2. 飲食原則：避免肥胖，因過重會增加腰及關節負擔。

- (1) 眼睛定期檢查：因為病友20%有虹彩炎及葡萄膜炎現象。
- (2) 定期於風濕過敏免疫科門診追蹤治療。