

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	----

類風濕關節炎診斷新方法與治療新藥方

◎ 陳得源

慢性關節炎中破壞力最強者，首推類風濕性關節炎。三十年前，類風濕性關節炎幾乎無藥可治。在現實的生活中，著名女作家劉俠女士，筆名杏林子，在十二歲時就罹患了類風濕性關節炎，自此與病魔展開一場無止境的戰爭。經過了半個世紀，她身上百分之九十以上的關節已遭破壞變形，長年須靠輪椅代步，日常生活都得靠母親幫助，最近剛過世。但經過半世紀醫學的研究，類風濕性關節炎在診斷及治療都有長足的進步，類以女作家劉俠的例子也會愈來愈少。

什麼是類風濕關節炎？

類風濕關節炎（Rheumatoid arthritis，簡稱RA）是一種慢性且持續性的關節發炎疾病，主要影響四肢的關節，但也會侵犯頸椎關節。同時，類風濕關節炎亦可能影響身體其他器官。儘管此病已經過長時間的研究，但真正的病因仍未明確。

類風濕關節炎的臨床症狀？

一、初期關節症狀

類風濕關節炎最常見的關節症狀是腫脹疼痛，活動時加劇。關節僵硬則出現在長時間不活動之後，例如清晨剛睡醒時。最常侵犯的關節是在腕關節及手部的關節。早期的手肘侵犯會引起伸屈不良，膝關節侵犯則易引起慢性關節積液，造成行動不便。腳部及腳踝關節也常受侵犯，脊椎則易侵犯頸椎。長期的發炎之後，類風濕關節炎會引起關節變形。

二、關節以外器官的侵犯

基本上，類風濕因子指數較高的患者，容易罹患關節以外器官的侵犯，包括類風濕結節，眼睛之乾眼症及鞏膜炎，血管炎包括週邊神經病變，或肺部的侵犯。

如何早期診斷類風濕關節炎？

醫師一般使用美國風濕病學會的建議（西元一九八七年）作標準，若符合四個或以上條件便可達成診斷；但依據日本厚生省之診斷基準，即下述六項，若符合四項，且排除某些疾病，便可診斷早期類風濕關節炎：

- （一）晨醒關節僵硬十五分鐘以上，持續一週以上。
- （二）三個以上關節腫脹，且超過一週。
- （三）手指或腳趾關節、腕關節或踝關節，任一關節腫脹且超過一週。
- （四）對稱性關節腫脹，且超過一週。
- （五）血清類風濕因子呈陽性反應。
- （六）X光檢查存在關節病變。

雖然上述的診斷標準，不失為簡單而且準確的方法；但早期類風濕關節炎診斷的確定，仍需免疫風濕科醫師執行。有鑑於此，臺中榮總免疫風濕科在兩年前就引進高頻率骨骼肌肉系統超音波，使得類風濕關節炎能獲得更早期的診斷及提供更好的追蹤評估。今年，臺中榮總免疫風濕科更引進「迷你型」關節鏡，配合免疫分生學的檢查，將更有助於早期關節炎的診斷與治療。

治療類風濕關節炎的新藥方？

現代先進的醫療技術，可以使大多數患者的病情獲得控制，使他們能繼續正常的生活與工作。最重要的是早期診斷與積極治療，也就是發病開始，就需積極治療，一年內需將病情控制下來，以免關節受侵蝕變形。

類風濕關節炎的治療，主要依賴藥物及物理（復健）治療

（一）藥物治療

主要可分為四大類：

1.非類固醇消炎藥物：具有消炎、鎮痛及消腫的功效。其效果出現快，通常在數小時或數日內見效。這類藥物主要副作用是胃腸不適、潰瘍出血、血壓增高和腎功能障礙等。最近國內已有「第二型環氧化酵素COX2抑制劑」上市，對於高危險群者，可優先使用，但對於有高血壓或腎功能異常者，仍需注意不良的影響。

2.類固醇：能迅速消炎、止痛與消腫，據最近的醫學報告，顯示類固醇每日劑量小於7.5mg，使用二至四年，可有效減低病情的嚴重度及防止關節被侵蝕，長期小劑量使用，並無太大副作用。但當病情好轉時，醫師會慢慢減低劑量。

3.改變病程的抗風濕藥物（俗稱免疫調節劑）：這類藥物包括氫氯奎（hydroxychloroquine）、斯樂（sulfasalazine）、甲氨喋呤（methotrexate）和即將上市的艾炎寧（avara），這類藥物通常要服用較長時間（約四至八週）後，才會出現療效。在免疫風濕科醫師監督下，服用此類藥物大致都很安全。部分患者雖使用上述藥物合併治療，仍無法有效控制病情，則需加上環孢素（Cyclosporin），效果不錯，但需注意對腎功能與血壓的影響。

4.抗細胞激素製劑（即所謂的新藥方）：由於細胞激素，如腫瘤壞死因子，在類風濕關節炎的致病機轉佔有重要的角色。隨著醫藥科技的進步，一些細胞激素的拮抗劑已陸續上市。例如前年在臺中榮總免疫風濕科臨床試驗的新藥（恩博Enbrel）就有顯著的療效，而且安全性高。最近，將有新的這類藥物在臺中榮總免疫風濕科試用。

（二）物理（復健）治療

適當的物理治療和適當的運動，將可改善關節的活動度、增進血液循環、加強關節相關肌肉的力量，進而改善身體關節的功能。今年元月起，風濕科醫師可直接開立復健處方，病友可多加利用。

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	----

認識牙週病

◎ 唐正

什麼是牙周病？

牙周病是目前最常見的口腔疾病之一。牙周病是指牙齒周圍支持組織包括牙齦、齒槽骨、牙周韌帶、齒骨質等所發生的病變，牙周組織是用作支持及穩固牙齒的組織，使牙齒能發揮最有效的咀嚼功能。當牙周病嚴重時，這些組織就無法繼續穩居牙齒，造成牙齒鬆動、脫落。牙周病好發於一般成年人，近年來牙周病亦發於青少年口腔中，但年齡愈長的病患得病的機會就愈高。

牙周病是口腔內一些特定致病菌侵犯牙周組織而引起。其破壞是以間斷猛爆式進行，然後則以緩慢且持續進行破壞。若經過嚴重破壞後，牙周組織便無法修復而喪失其支持牙齒的能力。其他部位的牙周組織則可能以緩解漸進式進行破壞。

牙周病的元凶

牙菌斑是造成牙周病的元凶，它以動態生物膜型式存在口腔內各部位。這菌斑是一堆黏附在牙齒表面的髒東西，其主要成份包括細菌及其代謝產物、脫落細胞及微小的食物顆粒等，以生物膜型把它們包裹起來。牙菌斑形成後像蜘蛛網般緊密地黏附著在牙齒表面，一般漱口或沖水方法是無法把它去除，而必須藉助刷牙和牙線來把它清除。牙菌斑中的細菌會把毒素及有害物質釋放到牙周組織內，造成牙肉紅腫、發炎、進而破壞牙齒周圍組織。此外，齲齒以及一些不合適的補綴物、牙套等均可使牙菌斑更容易堆積附著，而促使牙齦發炎，造成牙周病。

牙周病的初期症狀

牙周病發生初期，病患自己是感覺不到有任何異樣，有些時候病人在刷牙時會有牙肉出血現象，但大部份時間都很正常，這樣常讓病患以為只是因為外傷或火氣大所造成，所以很少理會。有些時候，病患也因睡眠不足或感冒後，感覺到牙肉腫出血，經過幾天身體康復後，牙肉又回復正常，故病患常會忽略。

事實上牙周病初期是可以發覺出來，只要仔細地自我檢查便可以發現以下症狀的一些蛛絲馬跡，例如：

- 一、刷牙時或不自覺的牙齦出血。
- 二、牙齦紅腫、疼痛以及化膿。
- 三、牙齦萎縮，牙齒慢慢移位，齒間出現間隙。
- 四、牙齒鬆動。
- 五、口腔有臭味。
- 六、牙齒遇到冷熱水或食物時，會感到酸軟無力等。

牙周病可以以病情嚴重程度來分為輕微、中度、嚴重。若以所侵犯的範圍來分則可分為局部性及全口性。牙周病與下列情形有直接或間接的關係：

一、年齡：根據統計四十歲以上的成年人，或多或少都患有牙齦炎或不同嚴重程度的牙周病，但有牙齦炎並不代表有牙周病，但牙齦炎則是牙周病發展必經過程。而且，近年來年輕人及某些幼童也有牙周病發生，但這些幼童大多數是同時患有其他全身性疾病而使其對牙周病菌的耐受性差，而比正常幼童更容易感染牙周病。

二、不良的口腔衛生：牙菌斑的牙周致菌是造成牙周病的主凶，細菌以牙菌斑型式在口腔各處存活，而細菌間則相互協助移動，提供養份，改善居位環境對抗外力，及惡劣環境而形成一個微生物社會，而使其產生對宿主最大的影響力。

牙菌斑經鈣化後則成牙結石，牙結石表面十分粗糙，容易讓更多牙菌斑及食物屑黏附，同時也會對周遭的牙齦造成刺激而加促牙齦炎及牙周破壞。在牙菌斑裡另外一些細菌則是喜好侵犯牙齒本體，如造成牙冠及牙根表面齲蝕，造成齲齒。

三、全身性疾病—糖尿病：糖尿病是一種胰島素缺陷或缺乏所造成的慢性碳水化合物、脂肪和蛋白質代謝失調的疾病，主要病徵為高血糖症。在牙周感染過程中細菌所產生的內毒素和引起細胞釋出的介質都會影響胰島素及胰島素接受器結合後之細胞內酵素的活化，以致使其無法對胰島素產生正常反應，而造成高血糖現象。

由於牙周病細菌在人體內會引起一系列免疫系統反應，這些反應一方面是要對付外來的侵犯把細菌殺死，但另一方面則會破壞體內其他正常組織。在本身免疫系統有缺陷的人說，一旦患有牙周病時其被破壞的範圍會比較廣泛而且速度也快很多。

四、生活習慣—吸煙：吸煙會促進牙周病的進行，因為牙周組織在破壞的同時也在進行重建。但在癮君子體內的循環系統由於受到尼古丁的影響，體內組織重建與癒合均間接地受到抑制，影響體內修復細胞的活性，因而阻礙牙周治療後組織重建，降低治療成效。同時研究中也發現吸煙會影響人體免疫系統，中性白血球功能被抑制，抗體減少，直接降低人體免疫防衛系統，而加速發炎反應。

五、壓力：現代工商業社會繁忙，凡事都講求迅速，在校學生則日日面對考試，造成很大潛在壓力，慢慢累積到某種程度時，就會影響人們的生

活習慣及體內變化，也會對免疫系統及身體各組織有不良的影響。在這種情況下，牙齒及牙周組織偶而會有不明原因的疼痛，牙肉腫痛，加上不良口腔衛生影響下，急性牙齦炎及牙周病便容易發生。

六、遺傳：很多人都很擔心，牙周病會不會傳染，會不會遺傳給下一代。目前可以知道牙周病是由細菌所引起的發炎性疾病，這種口腔疾病只會在牙齒一些特定位置發生病變，而不一定會造成全口問題。只要個人口腔衛生做得好，這些問題都容易避免發生。

牙周病治療

要去除所有引起發炎的物質，其中包括牙菌斑、食物殘渣、牙結石及發炎組織，使受傷的組織能在清潔環境下得以修復。牙周病臨床治療可分三個階段：

第一階段為非手術性治療，其中包括超音波潔牙、牙周囊袋探測、深部手刮治療、口腔衛生指導等。

第二階段為手術性治療，經過初步治療後重新評估囊袋深度及發炎狀況，視情況再進行牙周手術治療。

第三階段為追蹤及重建治療。

這三階段有時候有部份會相互交替，而且每階段中都會強調口腔清潔以及加強指導，以確實掌握病情受到控制。有清潔的口腔，完善的牙周治療及照顧，才有美好的人生。