

关于关节炎的 5 大问题

李德生

宜宾市第三人民医院骨一科 644200

【中图分类号】R684.3

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 01-090-01

关节炎是由于多种致病因素引起进行性关节软骨变性、破坏以及丧失, 关节软骨和软骨下骨边缘骨赘形成, 并因此而导致疼痛等症状发生的一种疾病。作为一种致残性较高的疾病, 关节炎大多发生于高血压患者、妇女、体力劳动者以及体型比较肥大的患者, 50 岁以上人群是该疾病的高发人群。关节炎又被称为骨关节炎、退行性关节炎以及增生性关节炎等等, 主要包括原发性和继发性两类。其中继发性骨关节炎会在青壮年群体中发生, 在关节发育异常、有创伤、炎症、慢性反复的累积性劳损、代谢以及内分泌异常等等情况时会发生。另外中老年是原发性骨关节炎的高发群体, 发病原因大多与患者的年龄、性别遗传因素等等因素有着密切关系。

一、骨关节炎有哪些特点

1. 关节弯曲

在发生骨关节炎后, 患者会出现不同程度的关节弯曲的情况, 在负重时关节疼痛会加剧。因为关节表面的吻合性比较差, 肌肉发生痉挛和收缩, 再加上关节囊收缩和故此等等导致关节发生机械性闭锁, 还有可能会造成患者发生功能障碍。

2. 疼痛

疼痛是骨关节炎最主要的一个症状, 患者在发生关节炎时会出现持续钝痛, 疼痛也是造成患者发生功能障碍的主要原因。骨关节炎患者疼痛主要是发生在患者进行活动之后, 患者的关节活动可能会随着病情的发展因为疼痛而受到限制, 病情进一步发展之后, 不止活动后会发生疼痛, 在休息甚至是睡眠时也会产生疼痛, 严重影响患者工作生活。

3. 畸形

患者手指关节在发生退行性病变时会在远端指关节处出现关节结节, 常常会被误以为是类风湿小结, 在患者近端指间关节很少会发生结节, 掌指关节也很少会被累及, 另外还会发生远端指关节屈曲和偏斜畸形, 少数病情发展较快的患者在发生畸形后还会出现急性红肿疼痛的情况。

4. 延续性疼痛

延续性疼痛主要是髌部疼痛, 除此之外疼痛还会向腹股沟、大腿内侧以及膝盖上方放射, 疼痛主要发生在活动和负重后, 在病情进一步发展后会出现持续性疼痛, 对正常行走造成影响。在病情严重时, 还会有髌关节内收, 代偿性腰椎前凸的情况出现, 在发生这样的情况时, 患者的下背部会出现严重的疼痛症状, 还有可能会导致患者无法行走, 日常活动受到限制从而导致残疾。

二、骨关节炎的变异类型有哪些

1. 侵蚀性炎症性骨关节炎

绝经后妇女为该关节炎变异类型的高发人群, 主要侵蚀的部位为患者的指间关节和掌关节, 具有家族遗传性和反复性的特点。该类型的骨关节炎的症状主要有红肿、发热以及疼痛等等。情况严重时还会造成患者出现关节畸形和强直的情况, 通过进行 X 线检查后会发现有骨赘和软骨下骨硬化以及关节

间隙消失的现象。

2. 弥漫性特发性骨肥厚

该类型也被称为强直性骨肥厚, 发生该类型的骨关节炎时会出现肌腱和肌腱附着点出现钙化和骨化的情况, 容易累及到患者的胸椎和颈椎。在进行 X 线诊断时主要包括三个表现: 一个是患者的四个椎体前侧部位均有钙化和骨化的情况; 一个是患者的椎间盘未发生明显病变; 最后一个是患者的椎体边缘发生硬化, 同时还会出现脊柱外钙化的情况, 患者肘部鹰嘴突和足跟骨后缘还会有骨刺突起的情况。

三、关节炎的实验室检查和影像学表现

在实验室检查中, 骨关节炎患者的血常规、蛋白电泳、免疫复合物以及血清补体等等各项指标均无异常, 类风湿因子呈阴性。滑膜液检查的透明度、色泽、黏蛋白凝块试验无异常。镜检未见细菌和结晶体, 通过计算患者的软骨碎片可以大致估计出患者软骨退化的程度。患者在患有滑膜炎时其 C 反应蛋白和血细胞沉降率升高。

骨关节炎患者的早期 X 线检查结果显示正常, 患者病情在进一步发展后, 观察患者的 X 线平片使可见患者有关节间隙变窄、软骨下骨硬化、软骨下骨边缘唇样变化以及骨赘形成的情况, 还可以发现患者的关节周围骨头发生囊状改变和关节积液。观察患者的 CT、MRI 可以明显看到患者的关节病变、椎间盘突出, 此外还能观察患者的软骨破坏以及滑膜发生病变。

四、骨关节炎的治疗原则

骨关节炎患者的治疗主要包括疼痛控制、治疗合并症以及长远关节保护三个原则。疼痛时骨关节炎患者的最主要症状, 对患者的身心健康造成了严重的负面影响。通过有效控制患者的关节疼痛可以明显改善患者的关节功能。随着医疗技术的不断进步, 虽然目前有很多有效控制骨关节炎疼痛的药物, 但很多药物都有较大的副作用, 因此在为患者治疗的同时还应该对药物副作用引起重视。对于骨关节炎患者的治疗主要先进局部治疗, 但如果局部治疗的治疗效果不明显, 患者可以通过口服非甾体药物消炎治疗, 如布洛芬, 注意要排除患有心血管病、慢性肾病以及肠胃出血高危患者, 同时咨询医生注意选择性用药。

五、骨关节炎患者的日常护理

骨关节炎患者在日常生活中注意保持正确的腰部姿势和行走方式, 避免长时间弯腰、站立和久坐, 可以经常进行腰背肌肉锻炼, 缓解紧张肌肉和提高韧带活动度。骨关节炎患者还要注意合理饮食, 多吃一些高蛋白、低脂肪的食物, 多吃水果好蔬菜, 选择性运动, 避免肥胖, 注意休息, 避免过度劳累, 注意日常保暖。

六、结语

骨关节炎作为一种慢性病, 应该要及时诊断及及时治疗, 防止病情进一步发展。在日常生活中要养成良好的生活习惯以及注意保护好关节, 预防和减少骨关节炎的发生。