

类风湿关节炎科普知多少

李承诚

宜宾市第一人民医院风湿免疫科 644000

【中图分类号】R593

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 01-091-01

风湿性免疫疾病，它在任何年龄、任何人群身上均可出现。由于类风湿性关节炎症状并不明显，发病早期也没有给患者带来很大的痛苦，因此往往很容易被忽视，导致了后期疾病恶化，加大治疗难度。下面我们就来科普一下关于类风湿关节炎的相关知识

1 除了受凉之外还有哪些因素会导致类风湿关节炎

长时间在阴暗湿冷的环境中生活，或者在换季时不注意保暖，寒气侵入体内会导致类风湿关节炎出现。所以在日常生活中要做好御寒保暖措施，预防这种情况的发生。当然除了寒冷，类风湿与一些病原体也是息息相关的，病原体中的细菌会侵入患者体内并在其中形成有效持续的抗原，这些抗原会刺激患者身体机能导致免疫系统损伤，引发类风湿关节炎的产生。同时，类风湿病也是一种慢性免疫性疾病，所以具有一定的遗传倾向，在家族遗传中患病率较高。据有关研究显示，吸烟的人中患类风湿关节炎比不吸烟的人高四倍。所以吸烟这种不良生活习惯也是诱发类风湿关节炎的一个病因。

2 类风湿关节炎有哪些表现

类风湿性关节炎的患者早期会表现为情绪低落、十分疲惫，对日常生活可造成较大影响，还会导致性欲降低，这可能与身体对炎症的反应有关。类风湿性关节炎还会导致患者出现轻微的体温升高，还伴有疲劳感，它对关节没有明显影响。由于炎症的作用，患者出现发烧、疲劳，导致食欲下降，使体重减轻。疾病早期，患者会出现关节的持续性僵硬和疼痛感。关节僵硬一般发生在手指，除此之外，患者还可出现全身的僵硬感。关节压痛是较明显的类风湿性关节炎的症状之一。当活动指关节或按压指关节时，会有明显的压痛感，行走时，脚趾关节也会有压痛，患者可能出现用后脚跟垫着走路的情形。

3 类风湿性关节炎能治愈么

类风湿性关节炎肯定会导致残疾，但是现在，有许多药物可用于治疗类风湿性关节炎。类风湿性关节炎的症状通常可以通过早期发现，早期诊断和早期治疗来控制。不让它发展成可以导致患者残疾的阶段。对于类风湿性关节炎患者，如果早期诊断，不会损伤患者的关节，脊柱或四肢，通过抗风湿关节的药物，如甲氨蝶呤，柳氮磺胺吡啶，非甾体类抗炎药，生物制剂，通过这些药物控制疾病症状，它不会损伤患者的关节，同时还会降低关节残疾的机率。当然，随着我们的外科技术的发展，类风湿性关节炎中一些最常见的致残原因是髌部和膝盖无法合并。所以现在有很多方法可以在髌关节或膝关节进行人工关节置换，包括肘关节融合和肘关节置换。这将使类风湿膝关节的患者恢复健康。对于治疗类风湿性关节炎的不同时间段，有一下说明：

早期可以治愈：如果类风湿性关节炎时间不是特别长，且症状不是很严重，那么本病可以通过药物治疗或平时注意保暖等，其症状是可以有效缓解。

严重无法治愈：如果长期患有此病，并且在此期间未使用任何治疗，本病的治愈率将大大降低。只有通过一系列手段来缓解疾病，但很难从根本上解决疾病。

4 发病后有关注意事项

4.1 及时就医

对于类风湿关节炎患者，具有较为复杂的病情，且常常会对多个器官造成影响。肾功能以及关节与心脏等功能均会受到影响，若是怀疑自己已患疾病应立刻到院就诊，明确疾病之后应积极接受治疗。

4.2 做好保暖工作

针对类风湿关节炎患者来说，应该将保暖工作做好，避免着凉，根据天气适当的增减衣物。日常应该多注意休息，避免进行体力劳动。

5 预防措施

5.1 控制与预防感染

对于类风湿性关节炎患者来说，是在患上咽喉炎、龋齿、扁桃体炎等疾病后而发病的，部分患者是因为患上这些疾病而发病的感染的病原体，因此，控制身体中感染病灶与预防感染非常有必要。

5.2 以防受到风寒湿邪侵袭

日常应该为了避免受潮与淋雨和受寒；关节处应该做好保暖，避免穿湿的衣物与鞋袜等等，避免饮用良性饮品。与此同时，在运动与劳动之后，避免趁身热汗还未干，就开始洗浴。

5.3 日常注意劳逸结合

日常起居应有常、饮食要有节律，注意劳逸结合，为强身保健的重要方式。在临床上，部分患者的病情，还未得到控制，疾病处在恢复期，但是常常因为劳累，而使疾病加重或者复发。因此，日常应该注意劳逸结合，休息与活动应该适度。

5.4 积极锻炼，将体质增强

日常应该积极的参与打太极、练气功，做广播体操与保健体操等体育训练，来增强体质，以使其身体抗风寒湿邪的能力提升。

类风湿性关节炎是将炎性滑膜炎为核心的一种慢性风湿免疫类疾病。对于此疾病患者其关节位置会有疼痛感出现，甚至严重的患者会出现各类并发症。对于该疾病应该了解疾病发生后相关症状，以确保疾病可以及时得到相应的了解，上述为大家讲述了此疾病诊断标准、治疗以及预防措施等内容，希望可帮助到大家。

(上接第 90 页)

他们的需求。对于卧床休息的患者，护理人员需要定期帮助患者改变卧姿，但要注意在保证患者舒适的同时还要注意局部压疮的出现。病人应该适当运动，不要长时间卧床。腰椎骨折术后的护理非常重要。还要注意患者的心理变化，鼓励

患者；注意日常饮食，多摄入优质蛋白质和维生素。此外，我们还需要锻炼身体。我们应该避免长时间卧床，这不利于身体的恢复。俗称“百日断筋骨”，骨折后的恢复期一定要耐心，避免留下后遗症。以上就是关于如何预防骨折患者在卧床期间应预防压疮出现的相关介绍。