

风湿病知识问答（一）

张伯昭中医师

1. 什么是风湿性疾病？

西医学上把凡是以侵犯关节、肌肉、骨骼及关节周围软组织，如肌腱、韧带、滑囊、筋膜等部位为主的疾病，称为风湿性疾病。风湿性疾病过去也称为结缔组织病或胶原病，但后二者范围过于宽泛，在定义上也不够严谨，故目前较少采用。

风湿病包括十大类百余种疾病，根据病因的不同可大致做如下分类：

- 自身免疫性：类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、系统性红斑狼疮、硬皮病等；
- 退行性：如骨关节炎等；
- 代谢性：如痛风性关节炎；
- 感染性：风湿热性关节炎、结核性关节炎、莱姆病、淋病性关节炎等；
- 内分泌性：如肢端肥大症、甲旁亢等；
- 遗传性：粘多糖病、先天性软骨发育不全等；
- 地理环境性：大骨节病、氟骨病等。

2. 哪些症状会让我们想到有可能得了风湿病？

由上述我们可以知道，风湿病绝对不只是包括类风湿和风湿热性关节炎等少数几种疾病，而是涵盖范围极大的一类疾病。风湿病是影响到关节及其周围组织的一系列疾病，因此，在出现长期不明原因的关节、肌肉、骨骼疼痛或肿胀时要想到罹患风湿病的可能。

此外，风湿病绝不能简单地理解为只局限于关节和肌肉的病变，它也可累及到多个系统和脏器；如果患者出现了不明原因的发热、皮疹、脱发、贫血、心肝肾功能损害、口眼干燥、溃疡甚至是精神疾患，在其他疾病不能解释的情况下，也应想到风湿病的可能，并应到专科医生处就诊，以期及早明确病因，避免长期误诊贻误病情。

3. 中医对风湿病的认识和治疗是怎样的？

中医学认为风湿病属于“痹证”的范畴，是由于人体遭受风、寒、湿、热等外来邪气侵袭，加之内有肝脾肾等脏器功能失调所造成的。根据望、闻、问、切等四诊所得的资料，中医将痹证分为湿热阻络、寒湿痹阻、瘀血阻滞、气血肝肾不足等几个证型，并分别进行辨证论治。

早在两千多年的《黄帝内经》时代，中医学就对风湿病有了丰富的认识和治疗经验。若风邪偏盛则关节串痛不已，称为风痹；湿邪偏盛则关节重着难伸，称为着痹；寒邪盛则疼痛难忍，称为痛痹。

在治疗上，根据痹证的病因病机可辨证地施以祛风除湿、清热化湿、活血通络、散寒止痛、补益肝肾等。常用方剂有四妙散、桂芍知母汤、当归拈痛汤、防风汤、独活寄生汤等；常用中成药有疏风定痛丸、萆薢胜湿汤、独活寄生丸等。除了内服药外，针灸推拿、中药外洗、离子导入、药浴等治疗对痹证的治疗也很有效。

4. 西医对风湿病的治疗是怎样的？

西医学对风湿病治疗主要应用一线的消炎镇痛药（如扶他林等）、二线的免疫抑制剂（小剂

量的环磷酰胺、氨甲喋呤和柳氮磺胺吡啶等）和三线的糖皮质激素（类固醇类药物，如强的松等）几类药物，针对不同的疾病选择不同的治疗和用药方案。除了内科药物治疗外，对某些严重的病例，也可采取骨科手术（如关节置换术、融合术等）；目前，随着治疗手段的进步，关节镜等微创甚至无创疗法日益普及，很大程度上拓展了外科手术疗法在风湿病治疗上的应用范围。

5. 老年人为什么会经常膝盖痛？

老年人膝盖痛的最常见原因是罹患了膝关节骨性关节炎。膝关节骨性关节炎是骨性关节炎中最常见的一种，老百姓也把它叫做骨刺，除了发生在膝部之外，骨刺也可发生在手、腰、胸、颈等多处。骨关节炎的发生与衰老、遗传、肥胖、创伤等多因素有关。因为膝关节是人体负重最大的关节之一，所以膝关节发生退行性病变的几率也最高。

西医治疗膝关节骨性关节炎主要以使用止痛药为主，病情严重的患者还需手术治疗。止痛药虽然可缓解一时的疼痛症状，但对关节软骨破坏等根本问题却不能解决，手术治疗毕竟也是迫不得已的办法。

中医药在膝关节骨性关节炎的治疗上有独特的优势，骨关节炎中医称为骨痹，认为它的发生与年老体衰、肝肾不足、寒湿侵袭、脉络不通等多种因素相关。用药上应本着辨证论治的原则来施治，如运用得当，多种中成药如独活寄生丸、金匮肾气丸等都对本病有效。此外，针灸、中药外敷、局部按摩和适度的功能锻炼对本病的康复也有帮助。