

家人如何帮助患有幼年型关节炎孩子过美好的生活?

家人可以透过健康和情绪管理帮助孩子应付生活:

- 给予最好的照顾
- 如常地对待孩子
- 了解您的孩子的疾病及其治疗
- 确保孩子接受治疗
- 鼓励孩子运动和接受物理治疗
- 参与治疗师和医护人员照顾孩子的工作



自体免疫与关节炎中心

新加坡中央医院

第五座一楼

欧南路

邮区 169608

www.sgh.com.sg/arc

询问热线: (65) 6321 4377

Reg. No: 198703907Z

资料正确为印刷截至2023年8月为止

PATIENTS. AT THE HEART OF ALL WE DO.®

自体免疫及关节炎中心

风湿与免疫部门

幼年特发性关节炎



Singapore
General Hospital
SingHealth

什么是幼年特发性关节炎?

幼年特发性关节炎, 又称幼年型慢性关节炎或幼年类风湿关节炎, 是一种常见于未满16岁的儿童的慢性关节炎。这是一种会影响身体多个关节, 引起关节疼痛、僵硬及肿胀的免疫系统疾病。

幼年特发性关节炎会引起怎么样的改变?

人体免疫系统通常会对抗体外细菌、病毒和体内病变细胞。但是在幼年特发性关节炎里, 免疫系统开始攻击并伤害自己的身体、关节及周围组织而引起发炎。关节在免疫系统持续的攻击之下最终受损。炎症、疼痛和关节僵硬的程度会随着病情的发展而加重, 最终导致关节变形及整体活动性丧失。

在幼年型关节炎的患者中, 覆盖关节的滑膜成为免疫系统攻击的目标, 导致骨骼和关节软骨受到破坏。

谁会患上幼年特发性关节炎?

任何孩童都可能患上关节炎。幼年特发性关节炎的症状常会在16岁前出现。

幼年特发性关节炎的风险因素

如其他自身免疫性疾病一样, 幼年特发性关节炎与异常免疫反应的遗传因素有关。家族里若有亲属患有幼年特发性关节炎和/或其他自身免疫性疾病是一项高危因素, 然而目前仍然无法准确地估计其他家族成员患上幼年特发性关节炎的风险。

幼年特发性关节炎的症状

幼年特发性关节炎的症状包括持续至少6周的关节疼痛、肿胀、压痛、温热和僵硬。关节僵硬的情况通常在早上或休息后最为严重。幼年特发性关节炎最常影响膝盖和手脚关节。

小部分的儿童会出现全身性幼年特发性关节炎, 特征主要为高烧和皮疹伴关节症状。高烧和皮疹症状可以很快出现或消失, 也可以在关节症状之前出现。

一般情况下, 幼年特发性关节炎的症状会反复交替, 时好(缓和)或时坏(复发)。

如何诊断幼年特发性关节炎?

幼年特发性关节炎是透过详细的病史记录和身体检查, 以寻找关节发炎的特征。没有单一的测试可以用来诊断或确认幼年特发性关节炎。

医生可为患者做以下的检测:

- **化验** - 透过血检来评估炎症程度, 抗体、肌酶的数量等, 有助于区分不同类型的幼年特发性关节炎。
- **X-光或MRI扫描** - 可能会侦测到异常的骨骼发育与软组织变化。

如何治疗幼年特发性关节炎?

目前没有根治幼年特发性关节炎的方法, 但是有不同的治疗策略可以减轻症状, 防止关节进一步受损, 重新锻炼肌力和活动能力。

a. 药物

非类固醇抗炎药(NSAIDs)例如布洛芬(Ibuprofen)、萘普生(Naproxen)、双氯酚酸(diclofenac)及吲哚美辛(Indometacin)等, 均是经常被用作镇痛、消炎及舒缓僵硬的幼年特发性关节炎处方药物。这些药物对疾病的进展没有长远影响, 但是对患者的症状有一定的舒缓作用。根据疾病的严重程度及进展, 医生通常会给予病症缓解性抗风湿(DMARDs)为处方。这些药物包括甲氨蝶呤(methotrexate)及柳氮磺吡啶(sulfasalazine)。在等待DMARDs发挥药效的过程中, 医生可能会给予患者低剂量的类固醇药物。



另有一批称为“生物制剂”(Biologics)的药物亦可以迅速和有效地控制幼年特发性关节炎。生物制剂为注射药物, 价格昂贵。医生会判断这种药物是否适合患者使用。

b. 运动

一旦炎症受到控制, 患者应重建在关节炎影响下而变弱的韧带和肌肉能力。运动能帮助锻炼肌肉力量, 稳定关节及重建活动能力。夹板和其它装备均有一定的帮助。我们应该鼓励孩子多活动及保持健康。

在症状受控制的情况下, 大多数患者仍可如常进行一般体力活动和特定的运动。在复发期间, 患者应该根据所涉及的关节选择做适当的活动。急性肿胀和疼痛的关节应多作休息。当复发期结束后, 孩子可以再次开始正常活动。游泳会运用多个关节和肌肉可减轻关节的负荷, 因此是一项对关节有益的活动。

c. 另类疗法

虽然有关另类疗法如针灸、按摩的研究不多, 有些人似乎从中受益。如果您正在使用另类疗法, 请告知您的医生。

幼年特发性关节炎有什么并发症?

幼年特发性关节炎有时会引起眼部炎症, 称为葡萄膜炎。患者应定期接受眼科检查。

如何防止幼年特发性关节炎?

由于我们不完全了解幼年特发性关节炎的致病原因, 因此目前并没有预防炎症发作的方法。然而, 由幼年特发性关节炎造成的残疾是可以透过早期诊断和治疗来预防。健康均衡的饮食和定期运动也会有帮助。