

绝大多数风湿病能有效控制

泰医附院风湿科主任翟乾勋谈疾病预防和治疗

本报泰安12月5日讯(记者 杨璐) 12月2日,第81期“空中诊室”栏目准时开诊。泰山医学院附属医院风湿科主任翟乾勋接听读者来电,为市民介绍风湿病的预防和治疗。

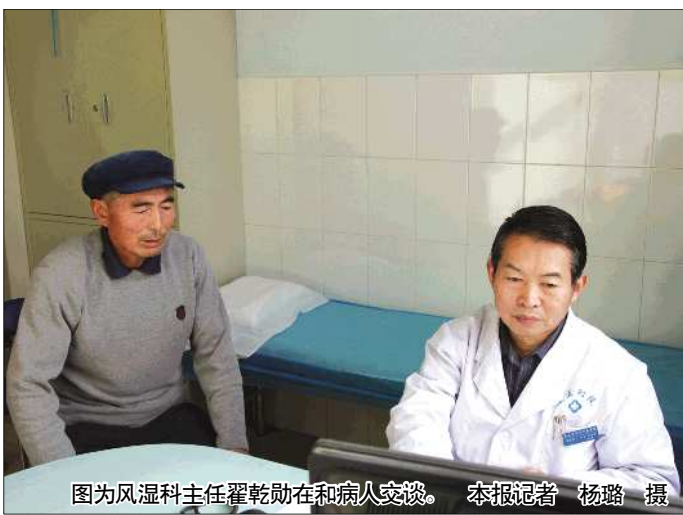
翟乾勋主任介绍,风湿性疾病是指侵犯关节、肌肉、骨骼及其周围软组织,如肌腱、韧带、滑囊、筋膜等部位的疾病。常见的有类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮、各种脊柱关节病、骨关节炎、硬皮病及多发性肌炎、皮肌炎等,共10大类,100多种疾病。这种病多发,但是由于这种病症的临床现象不是很典型,所以很多患者在患上风湿性疾病的临床上没有找到正确的治疗方法,导致走了很多弯路。

翟乾勋主任称,常见的风湿病如类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮,到目前为止还没有根治的办法。但并不是无法可治,更不是治不治都一样,也不是像一些人说的“不死的癌症”、“不治之症”等那样的可怕。近年来,由于医学科学的发展,治疗方法的进步,绝大多数风湿病都能有效控制。像系统性红斑狼疮5年生存率已达到95%以上,10年生存率在85%以上。不少生存期已超过20年,和正常人一样生活。泰山医学院附属医院采用中西医结合的方法,治疗系统性红斑狼疮,既能防止复发,又能减少激素的副作用,取得显著疗效。所以说,早发现、早治疗,可以让风湿病得到极好的控制。

“空中诊室”栏目,为读者和专家提供了一个交流的平台,使得患者足不出户即可咨询医疗问题,获得健康知识。本栏目健康热线每周四9:30—11:00开通。旨在传播健康知识,提高公众认知,力争做百姓身边的健康顾问。栏目力求高端与权威,与泰山医学院附属医院长期合作,围绕群众关心的常见病进行预防和诊治,对突发公共热点事件进行解读,组织医疗专家定期免费电话义诊,所有专家均具有副主任医师以上职称。



图为泰医附院风湿科主任翟乾勋主任。本报记者 杨璐 摄



图为风湿科主任翟乾勋在和病人交谈。本报记者 杨璐 摄

翟乾勋 主任医师,教授,中华医学会会员,泰安市风湿专业委员会委员。在长期的临床工作中,积累了丰富的经验。现主要从事风湿性疾病的诊疗工作,擅长各种关节炎,系统性红斑狼疮,各种血管炎、肾脏疾病等疑难病症的诊断及治疗。近年来为许多长期诊断不明的病例,明确了诊断,规范了治疗。在临床工作中,善于采用中西医结合的方法,尤其在各种关节炎的治疗中,全身治疗配合关节腔穿刺局部用药,收到良好的治疗效果,为许多久治不愈的病人解除了病痛。发表论文20余篇,主编及参编著作三部。

坐诊专家

风湿病早发现早治疗

本报记者 杨璐

熟悉风湿表现及早就诊

肥城周女士:我的嘴里经常出现口腔溃疡,一个月有大半个月都是这个样子。一开始觉得是上火,就没太注意。后来,由于口腔溃疡太频繁了,就去看了口腔科医生,口腔科医生建议我来看看风湿科,我想问问是怎么回事?

翟乾勋:要是经常出现口腔溃疡,可以怀疑为白塞病,可以到医院的风湿科看看。风湿

性疾病种类繁多,错综复杂,相当一部分疾病属于常见病,多发病。本类疾病多呈慢性、反复发作、进行性发展。长期以来,由于普遍缺乏风湿病知识,许多风湿性疾病患者长期得不到正确规范的治疗,以至于病情发展,致残,甚至死亡。所以风湿性疾病早期诊断、早期治疗极为重要。怎样才能做到这一点呢?首先要了解一些风湿病

的症状,以便做到早期发现,及时找风湿专业医生就诊。

下面介绍一些风湿病常见的表现:凡遇不明原因的发热,尤其是抗菌药物治疗无效;关节疼痛、肿胀、运动障碍;青少年腰背、臀部疼痛、僵硬;四肢末端及面部遇冷变色;生育年龄的女性出现多关节疼痛,四肢肿胀不适,面部及全身的皮疹,出现无疼痛性血尿、蛋白尿及血液白细

胞、血小板减少;老年人出现膝关节疼痛、肿胀,上下楼困难;反复发作的口腔溃疡、外阴部溃疡;不明原因的脱发、乏力、光过敏;不明原因的全身关节肌肉疼痛及肌无力;不明原因的体重减轻等。出现这些症状,应首先到风湿科就诊,以便及时明确诊断,如为风湿性疾病可得到及时规范的治疗,可避免误诊漏诊及不正规的治疗。

相关链接

泰山医学院附属医院 风湿免疫科

泰山医学院附属医院风湿免疫科,是诊治风湿免疫性疾病的专业科室。该科诊疗经验丰富,技术水平高超,近年来为许多疑难患者明确了诊断,让许多风湿性疾病患者在这里获得康复。

学科带头人翟乾勋主任从医三十余年,曾在中国人民解放军总医院(原301医院)研修学习一年,师从全国著名风湿病专家黄烽教授。擅长强直性脊柱炎、类风湿关节炎、系统性红斑狼疮、骨关节炎、多发性肌炎、皮肌炎、混合性结缔组织病、系统性血管炎等风湿性疾病的诊断及治疗。尤善于运用中西医结合的方法治疗各种风湿性疑难病症,收到了良好的效果,使一些近于绝望的风湿病人获得了新生。对一些生活不能自理晚期类风湿病人,采用局部与全身的综合治疗,让病人不但能生活自理,而且可以从事大部分家务,有效地提高了病人的生活质量,改善了预后。

老年人谨防骨关节炎

东平周先生:我父亲今年75岁,患上了骨关节炎,我想问问骨关节的治疗方法主要包括哪些?对于物理治疗骨关节炎,有没有一些推荐的方法?

翟乾勋:现在骨关节炎治疗讲究个体化,就是根据病人的具体情况采取不一样的措施。如果患者病情比较轻,治疗上更注重非药物治疗和外用药物治疗。体重和发病有着密切关系,对于超重者,一定要减轻体重。另外患者要坚持适当的功能锻炼,如股四头肌锻炼等。很多人通过非药物治疗就可以

明显缓解症状。如果通过非药物治疗,疼痛没有很好地控制,可以选择药物治疗。可根据患者是否有胃肠或其他方面的疾病,选择适合的口服药物,包括对乙酰氨基酚、非甾体抗炎药等消炎镇痛药。如果关节急性炎症比较明显,可以在关节腔内注射激素类药物。如果关节无炎症表现,而摩擦感明显,适合关节腔注射透明质酸治疗。此外,长期服用慢作用改变病情药有可能延缓病情进展。目前骨关节炎还不能根

治,所以尽可能早期预防,争取不要发病。如果发生了,尽早治疗,预防发展。

治疗骨关节炎的物理疗法繁多,疗效评价不一。常规的理疗方法有:热疗、红外线、蒸气蜡疗、水疗、针灸等等,患者可在医生指导下选用。患上骨关节炎应该适当加以锻炼,锻炼方法一般分为三种:

第一种是:关节的伸展和舒展运动,每天都可做。比如抬头、低头等颈部的活动;还有做髋膝关节的伸展运动,屈腿、伸腿,躺着或者坐着都可以做。

第二种是:肌肉力量的训练,每天或隔天做。对于膝骨关节炎,要进行股四头肌锻炼,可以在坐着的情况下,伸小腿,使股四头肌有紧张感,坚持5秒钟,然后放下腿,放松,两条腿交替做,每次15分钟。如果坚持锻炼,肌肉的力量加强了,还可以在腿上增加一些阻力进行。

第三种是:有氧运动。尤其是对于膝关节炎,游泳、骑车、散步和慢跑等有氧运动可以增加肌肉的力量,还可以提高心肺功能,有研究证实更利于关节功能的远期改善。

专家门诊时间

电话:0538-6236763(门诊)
6237406(病房)
13583852056
门诊时间:周一——周六
地点:风湿科门诊

下期预告

冬季血压不稳定,容易引发各种心血管疾病,入冬后,高血压患者要注意些什么。下周《空中诊室》,将邀请泰山医学院附属医院心内科专家义诊。

下期开诊时间:12月9日(周四)上午9:30——11:00

咨询热线:0538——6982100

读者可提前将咨询内容发至专栏邮箱:qlwbxyg@163.com

组版:左晓明
编辑:杨璐