

关节炎的“炎”重性 你了解多少？

10月12日是“世界关节炎日”，新华区人民医院风湿免疫科举办了义诊活动。笔者当天在该科门诊看到，早上8时许，预约义诊的患者就有20多人，并且人数在持续增加。

候诊的患者里，42岁的梁先生是一位强直性脊柱炎患者，他的求医路颇为坎坷。过去，因为缺乏规范化治疗的意识，梁先生辗转了多家医院，治疗也是断断续续，没有系统性。去年，强直性脊柱炎侵犯髋关节，他连正常的站立、坐下都成了难题。在新华区人民医院就诊后，梁先生下定决心，开始系统、规范化治疗。

候诊患者登记中，笔者看到，除了常见的类风湿性关节炎、骨关节炎患者外，痛风性关节炎患者也不在少数。48岁的唐师傅是新华区的一位送水工，下班后他时常和三五工友喝酒聚餐。让他没想到的是，由于不注意饮食，他竟然患上了痛风性关节炎。

新华区人民医院风湿免疫科主任马永池介绍，作为世界头号致残性疾病，关节炎这一慢性关节疾病的发病率居高不下，认识几种常见的关节病变，科学防治、保护关节，是非常重要的。

膝关节炎多发生在50岁以上人群

膝关节炎是一种关节退变性疾病，多发生在50岁以上人群，年龄越大越

容易患病，常伴有骨质增生。全身各个关节都可能发病，但以膝关节、手指关节多见。患者早期多为上下楼梯、蹲起时感觉膝盖疼痛不适，早起或久坐后膝盖感觉发僵。随着病情加重，患者可能会有平地走路疼痛，甚至关节变形（多为“罗圈腿”畸形）等症状。

马永池表示，控制体重能从根本上减轻膝关节的负担，对预防膝关节炎的发生、减轻症状、延缓病情发展都非常有益。同时，适当的运动锻炼不但可以增强肌肉力量、稳定关节，也是预防关节炎的一种重要措施。患有膝关节炎的患者一定要向医生咨询清楚药物的使用方法，以免走弯路。

另外，马永池也直言，近几年，关节炎的发病率越来越高，发病年龄也越来越年轻。一些自身骨性疾病不能规范化治疗的患者，长期久坐办公桌、面对电脑和经常开车的“久坐族”，经常玩手机、电脑的年轻时尚一族，不论春夏秋冬都以裙装为主的年轻女性等，是膝关节炎、类风湿性关节炎的高发人群。

要科学看待类风湿性关节炎

类风湿性关节炎是一种自身免疫性疾病，多见于中年女性。它一般表现为手、足小关节的多个、对称性关节炎，长期的关节滑膜炎、肿胀侵袭会导致关节畸形和功能丧失。抽血化验多数伴

有类风湿因子、抗环状瓜氨酸因子等阳性。

马永池表示，类风湿性关节炎与多种因素相关，牙周炎、吸烟等都可能诱发类风湿性关节炎。类风湿性关节炎目前没有特别有效的预防方法，想要不让病情加重，需要科学地看待这一疾病。首先，要生活规律，保持乐观向上的生活态度，适当运动，合理饮食等；其次，如果发现疾病，要尽早到正规医院进行检查，及时治疗，通过药物来控制疾病进展，以免病情加重。

强直性脊柱炎要早发现、早诊断和早治疗

强直性脊柱炎主要侵犯骶髂关节、脊柱、脊柱旁软组织及外周关节，并可伴有眼睛、肠道、心、肺等关节外病变表现。临床主要表现为腰、背、颈、臀、髋部疼痛僵硬以及关节肿痛，病程呈慢性进展性。病情控制不佳的患者晚期可发生脊柱畸形和关节强直，严重影响生存质量。

马永池建议，强直性脊柱炎患者在疾病的早期要及时进行检查，确诊后接受规范化系统性治疗，以预防关节畸形。如果强直性脊柱炎没有得到很好的治疗，通常疾病会持续进展，并最终导致脊柱畸形和功能障碍，所以早发现、早诊断、早治疗非常重要。（李莹）

导读

我市中医事业发展迅速

2018年总诊疗人次达143万

[B2]

“中国镇痛周”期间市二院推出大型义诊活动

[B3]

高血糖可能使人变“傻”

[B5]

别不信，流感疫苗对心血管确有保护作用

[B7]



健康视界微健康



平顶山金融圈



10月12日，新华区人民医院风湿免疫科的医务人员为患者进行关节疾病检查。本报记者 李英平 摄