

# 高雄榮民總醫院 過敏免疫風濕科 一般衛教文件

科別	過敏免疫風濕科	編號：2080002
主題	紅斑性狼瘡的認識	2004.07.01 訂定
製作單位	過敏免疫風濕科	2023.05.22 審閱/修訂

## 一、什麼是全身性紅斑狼瘡（Systemic Lupus Erythematosus, SLE）

紅斑性狼瘡為一種慢性全身性自體免疫疾病。因免疫系統缺失，製造多種自體抗體，或攻擊自體的細胞，或於組織沉積，或於血中形成免疫複合體導致血管炎，引發多樣化的臨床症狀，組織發炎與器官傷害。常受侵犯的器官依序為關節，血球，皮膚，腎臟，漿膜，腸胃，神經，心臟或肺部。

## 二、發生率

好發於15至45歲生育年齡的女性，女男比約9-13：1。

## 三、形成原因

病因仍未確定。內在的遺傳基因、內分泌與微生物叢，外在的環境因素包括紫外線、病毒感染、抽菸、藥物等皆有關。

## 四、臨床症狀

- (一) 一般徵象：如胃口不佳、倦怠、輕微發燒、肌肉酸痛、體重減輕等。
- (二) 皮膚：多樣性皮膚表徵，如兩頰蝴蝶斑、圓盤狀紅斑、紅斑丘疹、光敏感、口腔或鼻腔潰瘍、掉髮、血管炎、紫斑、脂層炎或雷諾氏症等。
- (三) 肌肉骨骼系統：肌肉、關節酸痛甚而發炎，多為對稱性。嚴重關節腫脹積水的情況不常見，因此較少造成關節破壞。
- (四) 血液：大部分病人多少會有血液學表現，如貧血、白血球減少、淋巴球減少、或血小板低下等。
- (五) 心、肺臟：常見如心包膜或肋膜炎、積水等，而有咳嗽、胸痛等症狀。少見如間質肺炎、肺出血、肺動脈高壓、肺栓塞、心內膜病變、心肌病

變等，嚴重時可能咳血、呼吸困難、呼吸衰竭等現象。

(六) 腸胃道：輕如食慾不振、噁心等一般胃腸症狀，重如腹部血管炎、急性胰臟炎，表現持續性腹痛，嚴重時甚至危及生命。

(七) 腎臟：腎臟受侵犯可以無症狀、尿液出現泡泡、夜尿，嚴重時可引發全身水腫，甚至腎衰竭。

(八) 神經精神系統：中樞神經病變如癲癇、精神異常、頭痛、脊髓病變、認知障礙，或周邊神經病變如單神經炎、多發性神經炎等，雖不常發生，但可能會留下永久的功能缺失。

## 五、如何確定診斷

目前臨床醫師都採用美國風濕病學會於 1997 年所修訂公佈的 11 項要點作為診斷依據：

(一) 臉頰紅斑（蝴蝶斑）

(二) 圓盤狀狼瘡

(三) 光敏感

(四) 口腔或鼻腔潰瘍

(五) 關節炎兩處以上

(六) 心包膜炎或肋膜炎

(七) 腎病變：

- 單次尿蛋白3+或每日尿蛋白總量超過0.5公克以上，或

- 尿檢出現紅血球，血紅素，顆粒性，或腎小管上皮細胞圓柱體

(八) 神經病變：癲癇發作或精神異常

(九) 血液病變：

- 溶血性貧血

- 白血球大於兩次低於四千

- 淋巴球大於兩次少於一千五百

- 血小板出現一次少於十萬

(十) 免疫病變：

- 抗雙鏈去氧核糖核酸(dsDNA)抗體陽性
- 抗史密斯(Sm)抗體陽性
- 抗磷脂抗體陽性：包括IgG或IgM抗心磷脂(cardiolipin)抗體，或狼瘡抗凝血因子(lupus anticoagulant)，或梅毒血清反應偽陽性。

(十一)抗核抗體(ANA)陽性

如果符合上述四項或四項以上，即可診斷為SLE。

## 六、藥物治療

- (一) 非類固醇消炎止痛藥：常使用於較輕的症狀，如關節炎、肋膜炎等。
- (二) 抗瘧藥物：治療SLE之必要用藥。對皮膚或骨骼肌肉病變，或輕度之全身症狀有相當療效。長期使用具有可減少類固醇使用劑量，降低復發率，保護器官減少傷害，降低死亡率四大實證好處。
- (三) 類固醇：俗稱美國仙丹，作用快，有效降低發炎，減少器官傷害。
- (四) 免疫抑制藥物：重大器官侵犯，如腎炎、神經病變、嚴重心肺病變、血液病變或血管炎時使用。
- (五) 生物製劑：中重度SLE，使用類固醇與免疫抑制藥物標準治療無效後使用。

## 七、疾病的預後

只要能定期追蹤，規則接受適當的治療，十年存活率已高達90%以上。切勿自行減量或停藥，以免病情惡化，對生命及健康造成嚴重威脅及傷害。

## 八、女性病人婚後可生兒育女嗎？

女性 SLE 病人只要病情控制穩定達六個月以上，即可考慮懷孕生育。懷孕期間病情有可能因賀爾蒙變化轉劇，最容易發生在懷孕最後三個月或產褥期，更需要密切追蹤病情，適時調整治療，穩定病情。

## 九、自我照顧之原則

- (一)保持平穩情緒，減少緊張環境刺激，適當舒緩生活壓力。

- (二)按時服藥，勿自行增減劑量及停藥或服用偏方，隨時與醫師保持聯絡。
- (三) 充足的睡眠與休息，適當運動，避免勞累、熬夜及吸菸。
- (四) 關節的保護：避免過度使用與施壓患處關節，適度保暖。
- (五) 皮膚照護：
  - 1. 勿隨便塗抹未經醫囑的藥物、油膏等。
  - 2. 避免過度日曬，多使用防曬產品。
  - 3. 保持皮膚清潔與保濕。
- (六) 預防感染：維護健全的抵抗力，避免感染上身。
- (七) 牙齒保健：多補充鈣質及維生素D，維持良好的口腔衛生。
- (八) 懷孕注意事項：女性 SLE 病人只要病情穩定達六個月以上，即可懷孕生育。懷孕期間更需要密切追蹤病情，適時調整治療，穩定病情。
- (九) 避孕：使用低劑量口服避孕藥及子宮內避孕器，不會加重 SLE 病情。
- (十) 雷諾氏現象：保暖，減輕壓力，規則運動，戒菸，皆可降低雷諾氏現象的發生。

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。