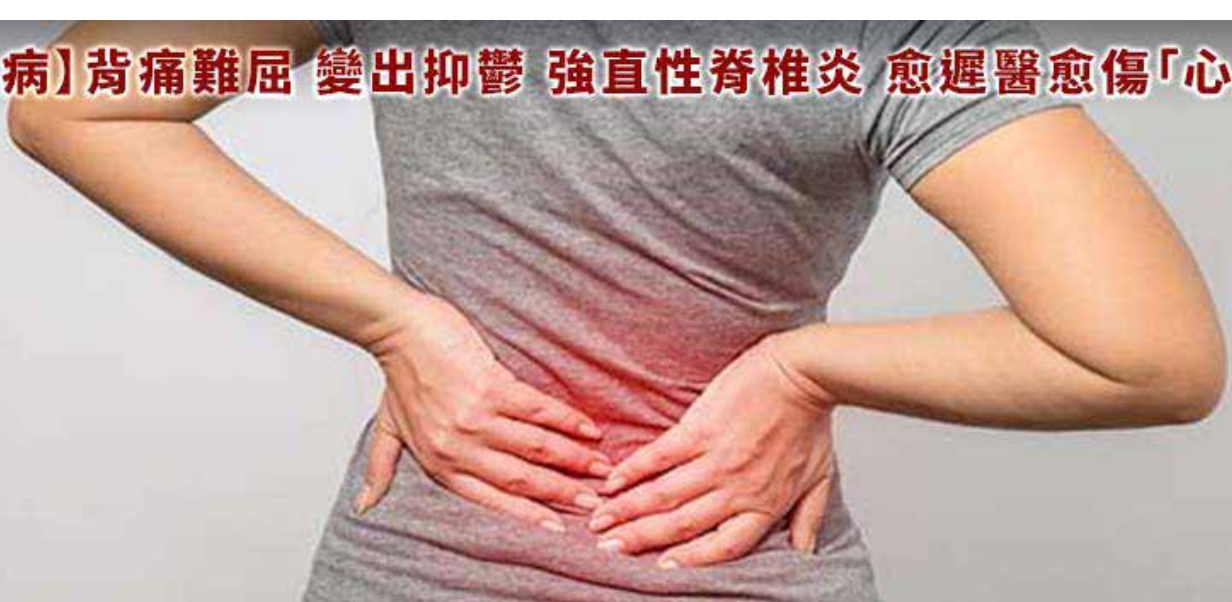


【了解風濕病】背痛難屈 變出抑鬱 強直性脊椎炎 愈遲醫愈傷「心」



【明報專訊】工作疲勞或坐姿不良，都容易出現腰痠背痛；但如果痛症持續便不能掉以輕心，分分鐘與疲勞和勞損無關，而是疾病警號。

文：鄧淑娟（風濕病科專科醫生）

編輯：沈燕媚

文章日期：2017年7月31日

【了解風濕病】背痛難屈 變出抑鬱 強直性脊椎炎 愈遲醫愈傷「心」

陳先生是一名白領，作息定時，偶爾需要加班。近年不斷受背痛困擾，他本以為是坐姿問題，於是矯正坐姿又做瑜伽，但痛症仍一直持續，導致終日鬱鬱不歡。直到痛症加劇，並感到脊椎變硬後他才去求醫，結果確診為強直性脊椎炎（Ankylosing Spondylitis，簡稱AS），同時患有抑鬱症，一個病變兩個病。

每1000港人 3個患上

每1000名港人中，便有3個患有強直性脊椎炎。根據英國風濕病學會（BSR）今年初一項研究顯示，接近12%的強直性脊椎炎病人，同時出現抑鬱；而且強直性脊椎炎愈遲確診，患有抑鬱症風險愈大。

平均延誤確診逾8年

是次研究，找來564名強直性脊椎炎患者，透過追蹤病情和問卷調查，針對病情、治療成效和心理質素作分析。當中78%為男性，22%為女性，平均年齡為47歲，平均確診年期為20.8年，平均延遲確診達8.6年。正因坊間對強直性脊椎炎的認知不多，延誤醫治的情況十分普遍，從發病至確診，平均延誤逾8年，除了受生理上疼痛的困擾，心理上的折磨更難以言喻。

不過，較特別的地方是，那些同時患有抑鬱症的強直性脊椎炎病人，強直性脊椎炎的病情大多不算嚴重，但抑鬱的情況卻比他人嚴重。於生活質素評分部分，確診年期達10年以上或延遲確診的病人，患有抑鬱症的機率是早期確診的兩倍，生活質素亦相對地較差。當中可能是病人對自己的痛症認知不足引致，既擔憂自己的身體狀況，又因痛症而影響工作及生活，更有部分病人因而放棄工作，自暴自棄。

背痛3個月 有家族病史應警覺

其實不止是外國，本港普遍對強直性脊椎炎的認知亦十分貧乏；加上公立醫院輪候診治時間長，延誤醫治情況亦非罕見。若病人於45歲或以下，持續3個月或以上感到下背痛及僵硬，便應提高警覺，盡快檢查是否患有強直性脊椎炎。由於此症具遺傳性，醫生會先詢問病人的家族史及病徵，配合臨牀檢查，一旦有所懷疑，便會建議病人做抽血檢驗及X光、電腦掃描或磁力共振，以助確定關節的發炎迹象、受破壞程度及監測疾病的進展。

若沒有及時接受治療，強直性脊椎炎可能會帶來嚴重的併發症。以上述的研究為例，約37.9%的病人出現周邊性關節炎、35.5%患虹膜炎、9.7%患腸道炎等併發症，需要同時醫治數個病，加重病人的負擔。

強直性脊椎炎的主要治療方法，包括運動如游泳，以及藥物治療，目的為幫助病人減輕痛楚及僵硬程度，保持脊椎的活動能力及防止變形。常見藥物治療包括非類固醇消炎藥和抗風濕藥物，主要改善周邊關節炎症；若病情持續轉差，亦可考慮使用生物製劑，有效抑制病人體內導致發炎反應的腫瘤死因子，同時減輕痛楚及僵硬。然而，當關節炎已嚴重至變形或限制了活動，便可能要考慮接受手術。

強直性脊椎炎是一個長期病患，病情有時會比較反覆，除了遵照醫生的指示定期服藥及檢查外，保持心境開朗亦同樣重要；病人家屬亦應多加留意病人情緒，給予適當的關懷和鼓勵，對病情會有一定的幫助。

知多啲

最初痛位 盆骨尾龍骨之間

強直性脊椎炎是一種慢性炎症，屬於風濕科疾病，一般在20至30歲時病發，男女患病的比例約是三比一。雖然成因未明，但發現與HLA-B27抗原有關，當自身免疫系統失調，原本用作攻擊細菌、病毒的細胞，卻攻擊自己身體的正常組織，影響脊椎關節及骶髖關節（即盆骨與尾龍骨之間的關節，亦是大多病人最初病發的地方），誘發強直性脊椎炎。若未能及時接受合適的治療，脊椎盤四周便會出現骨質增生，導致骨骼融合，就如「竹節」一樣，嚴重的話更可能無法逆轉。

不過，雖然強直性脊椎炎與HLA-B27抗原有關，但即使帶有抗原，如果沒有親屬患有此病，發病率僅為2%；如有此抗原而親屬中曾有人患此病，發病率約為20%。



資料來源：

明報健康網
mingpaohealth.com

Disclaimer

The information (pharmaceuticals, health articles and pictures, etc.) contained in this website, HealthCareersAsia.com (i.e. the "Website") is provided or sponsored by 明報 www.mingpao.com or relevant clients to the Website. Healthcareersasia's holding company, MCIL Digital Limited or its group company(ies), make no representations or warranties of any kind, express or implied, about the completeness, accuracy, reliability, suitability, security or availability with respect to the information, products, services, or related graphics contained on the Website for any purpose. The content of the Website does not represent the view of the Website, its holding company or group company(ies) whatsoever. All advertisement and product/service information are provided or sponsored by our clients. Our Website, its holding company or any group company(ies) will not be liable for any claim or loss and damage arising therefrom. You agree that the contents obtained through your use of the Website are at your own discretion and risk and that you will be solely responsible for any loss or damage arising therefrom. We are not liable for any loss and damage in connection with or relating to the use of the service in the Website and all our rights are hereby reserved.

If there is any inconsistency or conflict between the English and Chinese versions, the English version prevails.