

类风湿关节炎治疗上的几大误区 ◆ 蔡骏

类风湿关节炎(RA)是一种病因未明的、以炎性滑膜炎为主的慢性系统性疾病。其特征是手足小关节的多关节、对称性、侵袭性关节炎症,治愈难、致残率高。故该病的早发现、早治疗尤为重要,而目前对于RA的防治,大众常常存在几个误区。

一、治疗上急功近利,不按周期系统治疗

目前世界上仍没有针对RA病因的治疗药物,现临床用药仍都是以缓解、控制病情药物为主,从这里就可看出RA的治疗是一个长期过程。曾有专家称一旦确诊RA,无论是早期还是极早期,都要按年制定治疗计划,而临床上,RA病人往往关节症状有所缓解后,不经医生同意就会自行停药,造成病情的反复,使得关节畸形过早发生。故一旦确诊,必须坚持长期规范治疗,病情缓解后听取医生建议是否停药。

二、过度信赖RA因子阳性与否延误治

疗时机

临床上,并不是所有的RA患者RA因子都是阳性的,有5%-10%的正常人也可出现类风湿因子,只不过滴度较低,也并不发病。而有20%-30%的RA患者即使已经是晚期关节全部畸形,其RA因子仍然是阴性的,故不能单纯依靠RA因子的阳性与否去判定是否是RA关节炎,而是要结合临床症状、影像学检查,综合判定才能准确诊断。

三、过度依赖激素药,使得滥用激素现象触目惊心

因糖皮质激素,如强的松等药对于RA关节炎的消炎、止痛、消肿作用较快、较强。故有些病人无论病情需要与否,都会马上用上激素,更有甚者把激素当成止痛药使用,使得RA患者中滥用激素现象触目惊心,这种做法是极其错误的,直接导致RA没有治疗好,反而出

现了如高血压、糖尿病,甚至出现股骨头坏死等继发性疾病,故激素的应用一定要在医生指导下规范应用。

最后吴英萍主任医师强调,RA除了药物治疗外,更要注意情绪上的控制,避免感冒,注意保暖,饮食清淡,功能锻炼也是治疗的一部分,特别是春季是RA病的高发期,更要随时注意保暖及病情变化,及时就医。

活动信息

为了使更多的类风湿患者了解该类疾病的科普知识,新民健康特邀风湿病专家吴英萍与风湿、类风湿、强直性脊柱炎患者进行面对面宣教答疑,患者如有需求可通过以下方式获取RA的健康讲座知识。

1. 拨打新民健康咨询热线:021-52920338
2. 编辑短信“类风湿+姓名+联系方式”至15901991801 报名参与

【专家介绍】



吴英萍 主任医师

从事风湿类、强脊炎等疾病30余年,先后在国内外医学论坛发表了多篇论文,编著了由中国古籍出版社出版的《吴英萍实用风湿病学》《实用临床风湿性疾病诊疗指南》《风湿病治疗与保健》等书。

全市征集30名静脉曲张患者

韩国著名血管外科专家金昌洙教授本周日与您面对面 ◆ 蔡骏

下肢沉重、酸胀、麻木是静脉曲张早期明显的症状。提倡早期治疗是为了避免并发症的发生,提高患者生活质量。后期症状尤其是皮肤变色,晚期治疗的话,皮肤很难恢复到自然的肤色。近年来,下肢静脉曲张的发病率逐年升高,但却因症状不够明显、对该病不够重视等原因,患者的及时就诊率、规范就诊率不及半数。如果感到下肢沉重、容易疲劳、瘙痒、抽筋、浮肿、胀疼等,且下午比上午更明显,长时间站立后和夜间更严重,即便没有明显突起的血管,出现上述症状都应该去医院接受早期检查。

静脉曲张主要是因为下肢静脉血管瓣膜损坏所引起的,是外科最常见的四大疾病之一。

一,专家指出,其主要特点是血管突出皮肤表面,像蚯蚓一样,弯弯曲曲,疙疙瘩瘩。下肢静脉曲张早期是没有任何症状,所以很容易被忽视,不当回事,一般经历10多年的病程后,随着静脉血液的倒流和淤血的情况加重,会逐步造成下肢水肿、小腿皮肤颜色变黑(色素沉着)、淤积性皮炎、静脉血栓疼痛,甚至溃疡。过去对静脉曲张的认识,往往停留在长期站立导致静脉压力升高而出现静脉曲张。

一旦大隐静脉和小隐静脉血液倒流时间超过0.5秒,就可确诊为静脉曲张。此外,如果肉眼可以看到3毫米以上的血管凸出,也可基本判断为静脉曲张。静脉曲张不是血管堵塞引起的,而是血管扩张引起的。

要正确判断静脉曲张的发病程度,需对患者进行不同体位的检查,全面、准确地找到患病的根源静脉位置并标记;最后还要定期复查,若发现问题及时处理,确保静脉曲张不再复发。

讲座信息

新民健康特邀韩国著名血管外科专家金昌洙教授来沪作静脉曲张专题讲座。凡成功报名者还有机会获得免费交流名额,共30个。有需要的读者可拨打新民健康热线021-52920871,或编辑短信“静脉曲张+姓名+联系方式”到17717640571报名。

时间:本周日4月10日

【特邀专家介绍】



金昌洙 教授

韩国国立庆尚大学医院胸外科主治医生,韩国成均馆大学医科大学江北三星医疗院教授,韩国胸外科学会血管研究会常务理事,韩国静脉学会常务理事、前会长。

关注全国肿瘤防治宣传周

新民健康周周讲教你“防癌十招”

◆ 叶雪菲

“春天要怎么养生啊?”“朋友圈流传的防癌养生妙方是真的吗?”“对于各种癌症,春天保养有妙招吗?”“癌症真的可以治愈吗?”……大健康时代,面对越来越多人的健康诉求,如何来满足市民们需求?

四月起,新民健康大讲堂·新民健康周周讲开讲啦!请来“大牌专家”巡回社区,为居民们健康加分。居民们再也不用担心被游走小区的冒牌“砖”家骗了,也不会再对健康谣言信以为真了。由新民晚报社、上海市卫生计生委、上海市体育局共同主办的新民健康大讲堂,今年起将新推出“新民健康周周讲”,通过上海名医网视频直播,在全市16个区县街道(镇)给社区居民健康“上课”。下周四(4月14日)第二期“守住肿瘤的十大防线”专题科普讲座开讲,感兴趣的居民快来报名参加吧!

“医疗+互联网”助推“未病先防”理念

据统计,本市医院门诊量每年以10%至15%的速度递增。面对急剧增长的就医人群,社区已成为居民的“第一道防线”。四月启动的“新民健康大讲堂·新民健康周周讲”创建了上海最大的社区健康“大课堂”,今后,周周讲将以“相约星期四,聊聊健康事”为宗旨,走进社区向市民传播最新的权威健康科普知识,引导市民建立“未病先防”的观念,提高社区居民健康水平,并借助“医疗+互联网”的方式,同时在网站、微信公众平台进行直播,惠及全市居民。

防癌,必须巩固的“十道防线”

4月15日至4月21日是第22届全国肿瘤防治宣传周,主题为“科学抗癌,关爱生命”。中国癌症中心的统计数据显示,2015年中国癌症总发病429.16万例,总死亡281.42万例,癌症总发病人数和死亡人数都再次攀升,成为我国人口死亡的主要原因之一。那么,在生活中到底要怎么防癌?下周四“守住肿瘤的十大防线”专题科普讲座将请来“大牌专家”为居民解答热点问题,让居民获得健康保养知识。尤其对于网站或是微信朋友圈所充斥的关于癌症的各种“小道消息”,“大牌专家”将对此一一作出专业解答,并向居民传授正确的防癌、治癌方法。此外,现场还有专家提供面对面咨询、为居民提供血压测量、眼部检查等公益服务。

相约星期四,聊聊健康事

据悉,每周四在社区举办的“新民健康周周讲”,因专家“粉丝”较多,现场参加活动需提前电话报名预约,名额有限。扫一扫微信也能参加报名。感兴趣的读者可添加关注“新民健康”微信公众号和“上海名医”微信公众号,或拨打新民健康会员服务服务中心热线021-80261680(10:00-17:00)抢号报名。



缺牙“拖延症”也是中老年人的一种病

新民健康特邀原九院种植专家,报名即送精美礼品

◆ 叶雪菲

生活中有很大一部分人,总喜欢把眼前的事情放到明天甚至更晚去做,这种行为被称为“拖延症”。拖延症虽多表现在各种小事情上,但日积月累就会出大问题,健康也是如此。

■ 你知道吗? 缺牙乃健康杀手

牙齿缺失是一种很常见的口腔疾病。虽然缺牙者很多,可求治的比例却不高。殊不知,牙齿长期缺失会给患者带来严重的危害。调查显示,我国中老年人的缺牙修复情况不容乐观,牙齿脱落或拔除后,修复率仅42.6%。原九院种植专家王申表示,坚固健康防线应从及时处理缺牙开始。

■ 守护健康大门,慎选处理方法是关键

牙齿主要有咀嚼食物、辅助发音、维持面容形态美观等功能,而这些功能的实现,需不同的牙齿分工合作才能保证。牙齿缺失后,整个口腔平衡就会被打乱,不及时处理,不仅食物嵌塞、龋病、牙周病等问题接踵而来,还易引起机体免疫功能低下,甚至引发心脑血管等方面的全身性疾病。

另外,若缺牙长期未进行有效处理,牙槽骨会因失去有力支撑而不断萎缩,不仅让人显得愈发苍老,还增老人对生命易逝的担忧,也会给后期处理缺牙增加困难,造成恶性循环。因此,要想提高生活质量还得从延长牙齿寿命开始,缺牙者应当尽早选择适宜的方式补缺。

讲座信息

新民健康、德国弗莱堡大学口腔医学院携手主办“拒绝老掉牙关爱行动”,活动特邀原九院口腔种植科专家,以及来自德国弗莱堡大学口腔医院的牙科权威,为市民举办牙健康科普讲座,点滴关爱,助您重享齿间幸福。

【特邀专家介绍】



王申

上海交通大学医学院口腔医学硕士,曾于九院口腔种植科任职10年,上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员,国际口腔种植学会(ITI)会员,中华口腔种植专业委员会会员。

报名方式

报名热线:021-62476396
或编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”发送至18121287952

1. 报名后即免费享受种植专家面对面宣教
2. 扫二维码报名获赠精美牙刷



扫二维码报名即获精美礼品