

# 不必谈“狼”色变 科学认识系统性红斑狼疮

最近,一则关于“系统性红斑狼疮”的话题登上热搜,不少网友表示这一疾病十分可怕,这是为什么?南京市中医院风湿病科主任徐媚媚主任中医师介绍,系统性红斑狼疮是一种慢性、自身免疫性疾病。它的特征是免疫系统错误地攻击自身组织和器官,对身体造成多系统、多器官的损害,如皮肤、关节、肾脏、心脏、血液、神经系统等。这一特点也让人们谈“狼”色变。

通讯员 莫禹凡 现代快报/现代+记者 梅书华



视觉中国供图

## 红斑狼疮有哪些症状

徐媚媚介绍,系统性红斑狼疮的具体病因尚不明确,但可能与遗传、环境因素以及雌激素有关。长期的阳光暴晒、特定药物使用、感染,以及口服雌激素均可能诱发系统性红斑狼疮症状加重。此病易发于育龄女性,尤其是15到40岁的人群,女性发病率明显高于男性,约9:1。系统性红斑狼疮临床表现多样,其中以鼻梁和双颧颊部出现蝶形分布的红斑为代表,因为红斑形状像“狼咬过的伤口”,所以被称为狼疮。除了这种皮肤表现外,可出现发热、对光敏感、口腔溃疡、脱发、淋巴结增大、肌肉关节疼痛、疲劳等表现。

## 治疗手段有哪些

红斑狼疮通常使用药物来治疗,遵医嘱且合理用药综合治疗的情况下,可使大多数患者缓解病情。具体的治疗方案需要基于患者个体情况,除了药物也需要结合多方面的措施进行治疗。

**生活方式的干预:**避免日晒,出门可佩戴防晒帽,穿防晒衣,涂防晒霜等;尽量少去人员密集场所,佩戴口罩,防止感染;戒烟戒酒,多吃富含维生素食物,补充蛋白质以及钙质,少吃增强光敏感的药物;适当进行一些平和的体育运动如太极拳、八段锦等以增强体质。

**药物治疗:**非甾体抗炎药、抗疟药、免疫抑制剂、糖皮质激素、生物制剂等。

此外,也可以进行中医中药治疗。

**中药内服:**系统性红斑狼疮在中医上归属于“蝴蝶疮”“阴阳毒”“虚劳”等病的范畴。大多学者认为其乃先天肝肾不足、精血亏虚,加之后天劳倦过度、外感火热邪气,致脏腑功能失调。或环境中接受阳光暴晒以致瘀血阻络,发于皮肤、关节、筋骨、脏腑等。治疗上多采用补益肝肾为本,急性期清热、解毒、凉血,慢性期滋阴、养血、活血,常用六味地黄丸、玉女煎、萸

蒌大枣泻肺汤、济生肾气丸、四物汤等方剂。

**中药外治:**中药特色外治也常被用于狼疮的治疗。中药外敷、中药熏洗等,适用于关节肿胀、疼痛、口腔溃疡等症明显的患者。根据关节的热、寒症状,选用不同的中药进行局部外敷,如寒性关节痛可用温经散寒的药物,热性关节痛可用清热凉血的药物。中药熏洗是通过中药的蒸气或药液对患处进行熏洗,促进血液循环,缓解关节疼痛和肿胀。

**针灸治疗:**针灸疗法可以缓解关节疼痛、调节全身气血。根据患者的具体症状,常选用足三里、关元、气海、肾俞等穴位进行针刺治疗。这些穴位具有调节免疫、增强体质的作用,有助于系统性红斑狼疮的康复。

通过中医中药的使用,可明显改善患者皮疹、溃疡、脱发、乏力等症状,提高狼疮患者的生存质量,减轻药物的毒副作用,协助糖皮质激素的撤减。

## 红斑狼疮能预防吗

由于发病机制尚不明确,系统性红斑狼疮没有特异性的预防措施。但医生认为,健康作息、保证睡眠充足、饮食规律、避免长期疲劳等,有助于维持免疫系统的正常。

## 红斑狼疮是否影响怀孕

当患者有备孕计划时,应及时与医生沟通。医生会根据患者的具体情况,包括受累器官的状况、疾病活动度以及当前的用药方案等,来制定个性化的备孕计划,并确定合适的备孕时机。在病情得到有效控制后,大部分患者可以怀孕生子。系统性红斑狼疮并不可怕,它是可以治疗的。

通过了解系统性红斑狼疮的相关知识,我们都应该懂得:不必谈“狼”色变,只要积极配合专业医生的治疗,科学合理地健康生活,一定能够阳光而快乐地与家人一路同行。

## 96岁老人走两步就喘 以为是心脏病 一查竟是直肠癌

“我以为就是普通的老年病,没想到会是这么严重的问题。”面对疾病的真相,96岁的王奶奶(化名)颤巍巍地说道。到底是什么疾病来得如此猝不及防?家属一度以为老人胸闷气短是心脏问题,万万没想到是直肠癌导致。面对这位高龄患者,东南大学附属中大医院胃肠外科、心脏外科、重症医学科、麻醉手术与疼痛管理科等多学科团队进行综合评估,成功为其手术。

通讯员 刘秦杰 刘敏  
现代快报/现代+记者 梅书华

### 老人来看心脏病,得到出人意料的诊断

王奶奶从去年冬天开始感觉胸闷气短,走几步路就喘。子女们都以为是普通的心肺问题,毕竟母亲年纪大了,再加上以前检查发现心脏瓣膜有问题,一直拖着没有治疗。直到今年,王奶奶气短的症状越来越严重,以前晚饭后还能下楼散步,现在基本走不动了,家人就带着老太太到中大医院心脏外科就诊。细心的心脏外科医生详细检查后,发现情况并不简单。

“王奶奶当时查出贫血,这在老年人中比较常见,但她程度相当严重。我们进一步检查后发现,原来是直肠癌引起慢性失血导致的贫血,这才造成了胸闷气短的症状。”心脏外科医生回忆道。

终于找到了真凶,王奶奶的一系列症状并不是心脏疾病引起的,而是直肠癌。

### 多学科综合评估,决定进行手术治疗

96岁老人患直肠癌,该如何治疗呢?中大医院立即组织了胃肠外科、重症医学科、心脏外科、麻醉手术与疼痛管理科进行多学科会诊。

根据王奶奶的疾病状况和相关检查

结果,得知她虽然年事已高,但各器官功能尚可。尽管王奶奶心脏多个瓣膜有问题,但她平时饮食起居很规律,生活状况良好,思维清楚,而且家人要求治疗的支持度高。

擅长疑难复杂直肠癌手术的胃肠外科主任医师陶庆松,在多学科讨论中说:“高龄不是放弃治疗的理由,关键是评估患者的整体状况,我们要制定合适的治疗方案。”多学科专家进行全面评估讨论后,一致认为可以为患者进行手术治疗。于是,多学科团队为王奶奶量身定制了温和的治疗策略:首先纠正贫血,改善一般状况;贫血状况得到改善后,采用微创手术方案,减少手术创伤;术后恢复期,特别关注营养支持;最后,根据恢复情况决定后续治疗方案。

### 量身定制治疗方案,术后恢复迅速

万事俱备,终于迎来了手术。手术中,陶庆松主任医师团队特别注意细节,选择创伤最小的方案。陶庆松介绍:“腹腔镜手术腹内压增高,会影响气道压,我们在一个较低的腹内压水平,克服视野、操作上的困难,完成了手术。手术很成功,王奶奶恢复得也很好。”成功做完手

术,王奶奶转入重症监护病房密切监护治疗,转回胃肠外科普通病房。让所有人都没想到的是,王奶奶的恢复速度超出预期。术后第三天就能下床走动,一周后就能自己去卫生间。这也得益于胃肠外科预康复理念,术前积极康复锻炼,术后恢复相对较快。

出院前,陶庆松带领团队查房,看到王奶奶面色红润、精神矍铄的样子就问她:“您恢复得这么好,秘诀是什么呀?”“可能是我心态好吧!我总觉得,年纪大了得了病不要怕,只要能治,我们就要试试。要相信医生,相信他们的技术。”王奶奶笑着说。

王奶奶的女儿感慨道:“这次经历让我们明白,高龄老人生病需要治疗,选择正规综合大医院很重要。面对治疗难关时,家人的理解和支持是良药,保持乐观积极的心态也很关键。”

如今,王奶奶已经康复出院。然而,医院对王奶奶的治疗指导并没有结束,还建立了专门的随访制度,会定期电话随访、及时解答家属疑问,并且指导饮食起居。

### 不要因为高龄放弃治疗,规范化治疗很关键

陶庆松介绍,老年人胃肠道肿瘤的症状往往比较隐匿,可能表现为莫名的疲劳乏力、胸闷气短、食欲下降、体重减轻等症状,症状往往具有欺骗性,胸闷气短可能是贫血表现;贫血可能是肿瘤出血所致,这些都需要引起重视。出现上述症状,建议及时到医院就诊,进行针对性的检查,找出病症的罪魁祸首,不要简单地头痛医头,脚痛医脚。

专家特别提醒,不要因为高龄放弃治疗,关键是要评估整体状况,规范化治疗,围手术期康复同样重要。这需要多学科合作,制定个性化方案,精准科学治疗。

## “你是我的眼” 角膜移植公益项目江苏站启动

现代快报讯(通讯员 曾微 记者 梅书华)为帮助更多角膜盲患者及圆锥角膜患者恢复光明,11月9日,由爱尔眼科、爱眼公益基金会共同发起的“你是我的眼”角膜移植公益项目暨“看得见的希望”圆锥角膜公益救助项目江苏站启动仪式在南京爱尔眼科医院正式启动。

角膜疾病是我国第二大致盲眼病。除了角膜供体不足之外,经济原因和角膜移植医疗资源分布不均也是众多角膜盲症患者无法得到救治的重要原因。为了帮助这些角膜盲和圆锥角膜患者,爱尔眼科和爱眼公益基金会发起“你是我的眼”角膜移植公益项目与“看得见的希望”圆锥角膜公益救助项目,联合爱尔眼科江苏省区16家医院,征集100例经济困难角膜盲症患者,以及10例圆锥角膜患者,为需要角膜移植及手术治疗圆锥角膜的低收入患者每例最高提供5000元的救助资金,帮助他们点亮重获光明的希望。

据悉,爱尔眼科专门成立了角膜盲救助国际专家团队,截至目前,在全国范围内拥有34名角膜移植手术医生,48家能开展角膜移植手术的医院,覆盖29个省,每年角膜移植手术量约1500台。无锡爱尔眼科登记接收站作为爱尔眼科江苏省区第一家红十字会角膜捐献爱尔眼科登记接收站,将为江苏角膜盲患者带来触手可及的便捷医疗服务。爱尔眼科江苏省区副总院长王林农教授介绍,爱尔眼科江苏省区开设了“角膜移植快速通道”,充分保障角膜移植患者能第一时间接受角膜供体,帮助角膜盲症患者重见光明。

江苏省盲人协会主席封红年在致辞中表示,“你是我的眼”角膜移植公益项目是角膜患者和盲人家庭的福音,也是爱尔眼科和爱眼公益基金会勇担社会责任的体现。爱眼公益基金会理事长彭志坤介绍,角膜移植中国行项目由湖南爱眼公益基金会于2016年3月发起,借助爱尔眼科专家高水平的医疗技术,联动全国9家爱尔眼科、63个角膜接收站,截至目前,该项目已救助1700余人,总金额超过2400万元,曾获得2019年国家十大慈善项目奖。

今后,爱尔眼科江苏省区将致力于角膜、眼表及干眼领域的创新性诊疗研究,并积极推广眼库的规范化建设,为那些因角膜盲症而面临失明风险的患者带去光明和希望。同时,以角膜眼表学科夯实为基础,积极推动各学科融合发展。