

全身紅斑性狼瘡 (Systemic Lupus Erythematosus, SLE)

一. 何謂全身紅斑性狼瘡 (SLE)

全身性紅斑狼瘡 (SLE) 是一種自體免疫的疾病，它侵犯全身的多處器官引起發炎反應造成身體組織的損害。全身紅斑性狼瘡好發於 20-40 歲年輕女性；女性發生率為男性的六倍。

SLE 的真正病因，目前仍不清楚，由臨床觀察及實驗證據顯示：免疫系統異常、遺傳因素、內分泌異常及環境因素皆可能是致病因素；有些因素可能誘發或加重病情，例如：過度曝曬陽光、病毒感染、情緒緊張激動等。

二. 症狀

一般症狀：軟弱、疲憊、低溫燒。最常見的症狀就是疲勞和倦怠。

三. 診斷

(一) 根據 1982 年美國風濕醫學會標準，凡具有下列十一項準則中的任四項以上，可診斷為紅斑性狼瘡：

1. 面頰有紅斑
2. 圓盤紅疹
3. 陽光過敏
4. 口腔潰瘍
5. 非糜爛性潰瘍
6. 心包膜炎或胸膜炎
7. 腎功能障礙，出現蛋白尿或尿中有圓柱體
8. 神經障礙如抽搐或精神病
9. 血液障礙主要是溶血性貧血或 (a) 白血球過少 ($<4000/\text{cumm}$) (b) 淋巴球過少 ($<1500/\text{cumm}$) (c) 血小板過少 (<100000)
10. 免疫系統障礙有右列之一：(a) LE(狼瘡)細胞陽性反應 (b) DNA 抗體 (c) 核酸核蛋白抗體 (d) 梅毒血清假陽性反應半年以上
11. 抗核抗體 ANA 陽性反應

四. 治療

- (一) 藥物治療：主要有以下數種藥物 (1) NSAIDs (2) plaquenil (3) prednisolone (4) 免疫抑制劑。
- (二) 血漿置換術 (plasma exchange)
- (三) 人工關節置換術

五. 病患的日常生活調適

- (一) 飲食方面 (1) 腎病患者的水分、鹽分宜作適度限制。(2) 若有糖尿病，澱粉與糖份宜適度控制。(3) 服用類固醇期間，由於食慾增加，應減少高熱量飲食，避免體重快速增加。(4) 避免大量的煙、酒或刺激性食物。(5) 食物以熟食為佳，少吃醃製食品。(6) 骨質疏鬆可使用維他命 D。鈣片對服用類固醇引起的骨質疏鬆症、長期臥床或停經後的女性均有幫助。
- (二) 活動：不要過度疲勞；避免日曬過多，適當運動是應鼓勵的，但發炎關節則不宜運動。
- (三) 定期追蹤、按時服藥。
- (四) 預防感染。
- (五) 接納自己。

六. 參考資料

台北榮總/<http://www.vghtpe.gov.tw/~nurs/air03.doc>