

紅斑狼瘡，不是純粹皮膚上出現紅斑和瘡，其實它是個自身免疫系統疾病，若患者病情控制不佳，後果可能非常嚴重。大家又有多了解紅斑狼瘡呢？

撰文：沈彥恒 設計：林彥博

# 狼瘡 要點

## 免疫系統失衡

紅斑狼瘡這名字可追溯其英文，Systemic Lupus Erythematosus。Lupus是狼，Erythematosus代表面上的蝴蝶斑，像被狼咬過似的。而免疫系統本來可對抗病毒細菌，可是免疫系統疾病患者，本身的免疫系統失去平衡，產生過量不正常的抗體，體內細胞誤以為是外敵，攻擊身體各個器官及系統導致發炎，就是名字

中Systemic的意思。大部分患者的年齡多介乎十五至四十五歲。

有甚麼因素會有機會誘發紅斑狼瘡症？養和醫院風濕病科專科醫生陳嘉恩表示，如有家族病史的人士，患有此症的機會會較高。另外，雌激素、陽光的紫外線、吸煙的化學物質亦會有誘發因素，而壓力及感染都會誘發病情。



▲陽光的紫外線有機會誘發紅斑狼瘡。

▶紅斑狼瘡患者面上或會出現的蝴蝶斑。



## 有何徵狀及如何診斷？

患者的面上有機會出現紅疹，而紅疹分類主要分為急性、亞急性及慢性：紅蝴蝶斑為急性，曬過太陽後的過敏反應為亞急性，而盤狀狼瘡則為慢性。另外患者也常會無原無故發發燒、關節炎、脫髮及經常生瘡，身體不同部位亦有機會出現炎症。

除了臨牀徵狀外，由於紅斑狼瘡症

病人體內會出現自體抗體，從患者的血液測試的抗體反應有助判斷病人是否有此症，例如體內的抗核抗體（ANA）是否呈陽性，抗可溶核抗體中（anti-ENA）的anti-Ro、anti-La及anti-Sm等抗體情況。另外會觀察患者的抗雙鏈DNA抗體及補體，前者在病情活躍時會上升，後者則會下降，它們都是觀察紅斑狼瘡活躍程度的指標。

## 由頭到腳受影響

紅斑狼瘡為患者帶來的病痛可謂「由頭到腳」。首先是腦部，可能會影響情緒令患者抑鬱、羊癇症，甚至有出現認知障礙病徵，可能會較健忘。此外，患者可能有漿膜炎，包括腹膜炎及心包膜炎，亦可能有心肌炎、肺積水、肺血壓高、血管炎、胰臟炎等，部分患者可能會患上類風濕關節炎。而當患者的抗雙鏈DNA活躍時，就很大機會與腎炎有關。患者的皮膚也有可能出現雷洛氏現象，意指血管收縮，令皮膚出現變白，之後或會變藍及變紅的情況。



▲紅斑狼瘡可能會影響腦部，令患者抑鬱。

▼患者皮膚可能會出現的雷洛氏現象。（圖片來源：密西根大學、密西根醫學中心）





## 懷孕的迷思

坊間對於紅斑狼瘡病人能否懷孕存在迷思，例如認為患者很難會懷孕。「其實懷孕機率不受影響，不過出現小產、早產，以及胎兒生長緩慢的機會會較大。」若患者在病情不活躍期間，即是病情穩定了半年以上，而其他器官沒有受到影響，才建議患者嘗試懷孕。

不少病人會問及「我的紅斑狼瘡會遺傳給嬰兒嗎？」陳嘉恩醫生指，有百分之七至八遺傳機會，而非直系的遺傳就有百分之十至十二。而雙胞胎方面，如果有一方患病，另一方就有六成半的機會患上。她提醒，病情會受雌激素影響，所以患者應只服用含黃體酮的避孕丸，或用其他避孕方法。

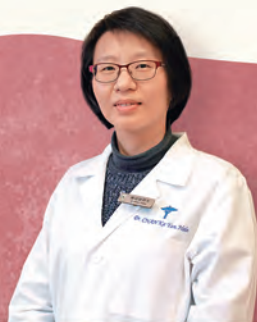
另外，她提醒大家不需過分擔心藥物會影響嬰兒，常用的羥氖奎是一種能在懷孕及餵哺母乳時服用的藥物，十分安全。因為藥物可以阻止抗體影響嬰兒心跳，而且持續有藥物穩定病情，反之若停藥有可能不良影響，反而更危險。

◀ 患者的懷孕機率其實不受影響。

▶ 患者只應服用含黃體酮的避孕丸，或使用其他避孕方法。



養和醫院風濕病科專科醫生  
陳嘉恩



# 紅斑控制

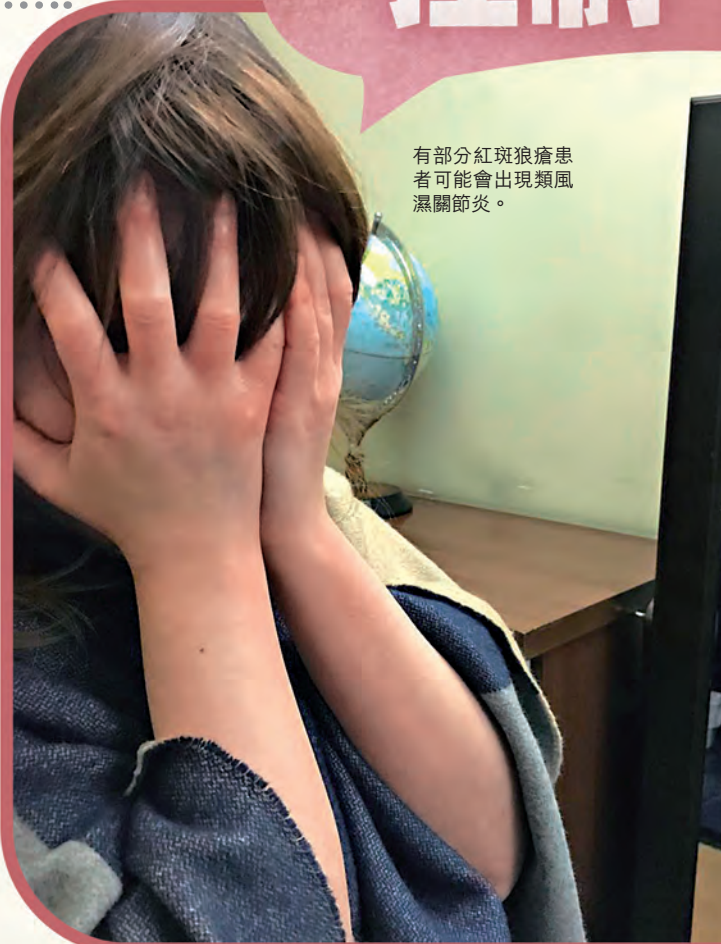
## 男性也會中招！

別以為紅斑狼瘡是女性的「專利」，其實一樣有男性患者！常說男性的診斷會比女性遲十年，是因為男性出現的病徵比較少，而且很難第一時間聯想到是紅斑狼瘡。男女比例方面，青春期的患者大約為九個女性比一個男性；而年長後，則為三個女性比一個男性。不過，一般因為較遲發現病情，男性的併發症出現會較嚴重，可能會有心臟病或腫瘤的機會較高。



▲ 男士同樣會患上紅斑狼瘡。

有部分紅斑狼瘡患者可能會出現類風濕關節炎。



## 如何控制病情

適量運動是保持身體健康的不二法則，患者病情穩定時可多做帶氧及負重運動，有助強化骨骼，亦要有足夠的休息；食物方面應低脂、鹽及糖，她亦建議患者進食較多含維他命D及鈣的食物，因為患者較少接觸陽光。患者亦要着重防曬，所以應搽SPF最少三十及PA最少三個“+”號的防曬品，以及使用能擋紫外線的傘。

控制病情方面，常見除了羥氖奎，也會使用類固醇。當重要器官受到影響，使用類固醇可以達到最快穩定病情的效果，不過大劑量的類固醇會有副作用，所以在穩定病情後，醫生或會以其他免疫系統調節藥物代替。而生物製劑方面，因應個別病人的情況可以幫助控制病情。而陳醫生不建議患者進食提升免疫系統的補健食品，因為此類食品會令患者的免疫系統更混亂。



▲ 患者適宜進行室內運動。