

不只是背痛！僵直性脊椎炎小心共病襲全身

廖顯宗¹

¹ 臺北榮民總醫院過敏免疫風濕科主治醫師，台北，台灣

僵直性脊椎炎 (Ankylosing Spondylitis, AS) 是一種全身系統性發炎疾病，它發炎最明顯、最嚴重的地方為脊椎及周邊關節。除了在我們的背、脊椎、胸骨之外，也會侵犯我們的下肢、髖關節、膝關節與踝關節等，另外在手指、腳趾還會有俗稱「香腸指」的表現。僵直性脊椎炎與類風濕關節炎 (Rheumatoid Arthritis, RA) 的臨床表徵不盡相同，類風濕關節炎多好發在上肢小關節，譬如手指的指間關節和手腕關節；然而僵直性脊椎炎主要是則是侵犯背部或下肢關節，且僵直性脊椎炎的好發族群偏向年輕男性而類風濕關節炎較偏向中年女性。

僵直性脊椎炎除了侵犯脊椎及周邊關節之外，其他最常見的侵犯部位就是眼睛，會有反覆的虹彩炎，病人眼球會紅腫、畏光、流淚、視力模糊等現象，又稱做前葡萄膜炎，屬於急性發炎，如果不謹慎處理，少數病人會視力變差甚至失明。此外有些患者在初期被懷疑可能罹患僵直性脊椎炎，但之後卻陸陸續續出現皮膚症狀的表現，像是乾癬產生 (俗稱為牛皮癬)，

進而被診斷為乾癬性關節炎。乾癬的範圍全身都有可能發生，甚至在髮際、頭皮或是在身體的伸側或皺褶處、股溝，都會發生，有些病人並不會特別注意以為是過敏或是濕疹，所以需要詳細地問診及作理學檢查。

另外僵直性脊椎炎也可能侵犯腸胃道黏膜，合併水瀉、血便，發炎性大腸炎如克隆氏症或是潰瘍性大腸炎。這些病人反反覆覆的拉



通訊作者：廖顯宗 醫師
電話：886-2-2871-2121
傳真：886-2-2872-1874
地址：112 台北市北投區石牌路二段 201 號

肚子、水瀉或血便，可能出現體重減輕、營養不良，嚴重則會造成腸沾黏、腸穿孔，需要緊急開刀，也有少數病人會引發肛門瘻管及膿瘍。

僵直性脊椎炎亦會合併有肌腱附著點發炎。最常見的發炎部位為位於腳後跟的肌腱(阿基里氏腱)附著在跟骨處，患者並不會整個關節腫起來，而是某一點按下去非常痛；若是發生在腳底板的肌腱附著點，則會誘發為足底筋膜炎。另外僵直性脊椎炎也會侵犯肺部，造成程度不一的間質性肺病變，演變為侷限性的胸部的擴張不全，進而影響肺功能，其中少數病人可能會走到肺纖維化，如果病人有吸菸習慣，機率會再增加。其他比較少見症狀如主動脈瓣閉鎖不全、心臟傳導受損或是腎臟病變引發尿蛋白產生。

有些病人因長期骨頭發炎加上怕痛較少運動，久而久之造成骨質疏鬆，到了後期脊椎發炎、沾黏再加上骨質疏鬆，之後合併產生壓迫性骨折會是一個很大的問題。所謂壓迫性骨折是指脊椎椎體因為長期上下推擠壓迫，逐漸變薄或是變凹，使得身高變矮或駝背，再加上僵直性脊椎炎的沾黏，病人會長期的背痛合併神經症狀，進而影響到生活及其他社交活動。

這個疾病的好發族群為年輕男性，尤其在當兵的前後開始慢慢變多。有時會被誤認為是生長痛，因為它常在青少年甚至幼年時發作，特色就是關節會紅腫熱痛，其中一種最明顯可以區別就是關節「腫」，一般所謂的生長痛不會有明顯的腫脹。僵直性脊椎炎的痛和退化性

脊椎炎的痛不一樣，僵直性脊椎炎是越休息越痛，病人的不舒服都在半夜跟晨間，早上起來會明顯的僵硬，持續 30-60 分鐘後才慢慢緩解；退化性關節炎則不同，越動越痛，但休息就沒事。因此我們建議僵直性脊椎炎患者要常做運動伸展，不要久坐或久站。

在臨床上如果出現下列徵狀，便要懷疑發生此類疾病的可能，例如年輕男性有明顯的發炎性下背痛、一等親中有僵直性脊椎炎的強烈家族病史、越休息越痛、反反覆覆的關節腫脹、胸廓有不明的痛點、眼睛反覆紅腫及畏光流眼淚、常水瀉拉肚子解血便、腳後跟與腳底板疼痛、皮膚出現皮屑等…，這些都是罹病的高危險訊號。在診斷疾病時，除了參考臨床病況及理學檢查(例如：下背痛時可直接按壓薦腸關節部位、請病患作彎腰動作及測量胸廓吸氣吐氣間的距離)，另外也要搭配影像學的檢測和抽血實驗室數據。影像學的檢查為初步照 x 光，如果還是無法完全確定，就會再做檢查例如核磁共振，它對於骨頭發炎疾病鑑別效果非常好。

治療上我們會依據病人的狀況來選用適當的免疫調節藥，減少免疫系統不必要的過度活化進而反過頭來破壞自己。在門診中紅斑性狼瘡、類風濕性關節炎、僵直性脊椎炎或者是乾燥症，每種疾病影響的器官、系統跟表現的臨床症狀及部位都不一樣，所以不同疾病所選用的免疫調節劑便會不同。僵直性脊椎炎可分成兩型，較常見的為侵犯到中軸關節 - 如脊椎或薦腸關節，另外一型則是合併侵犯周邊關節。在口服免疫調節藥的使用上，以磺胺類的斯樂

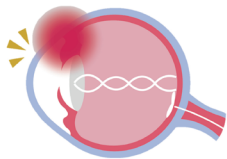
腸溶錠 (sulfasalazine)，對於僵直性脊椎炎的周邊關節炎特別有效；但如果是中軸型的話，口服免疫調節藥角色則作用不大。

除此之外，斯樂腸溶錠對於虹彩炎也有治療的效果。至於合併皮膚問題的話，則會選用不同種類的免疫調節藥物。此外，因為全身系統性發炎會侵犯不同的器官，所以亦可以使用抑制發炎的生物製劑來治療。生物製劑對於治療慢性自體免疫發炎性疾病具有劃時代意義，改善效果有著很顯著的進步。

在僵直性脊椎炎患者的生活建議上，睡眠的床最好有點硬度，不要太軟，以木板加上一層的棉被即可，早上起來要慢慢暖身後再活動；運動方面，若要讓脊椎有運動效果還是以游泳、體操、室內運動為主，至於跑步、打球則屬於四肢的運動，效果較不佳。



僵直性脊椎炎 六大關節外症狀



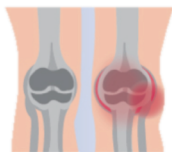
虹彩炎

眼睛紅腫痛、視力模糊，發生於單側眼睛。



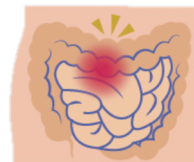
乾癬

皮膚曾有紅斑且有皮屑脫落，嚴重時指甲凹陷及手指變形。



不對稱週邊關節炎

一開始只有身體單側關節有症狀，慢慢兩側都會出現。



發炎性腸道疾病

常見症狀為持續腹瀉、腹痛、血便。



肌腱附著部病變

好發部位為肌腱、韌帶與骨骼交接處，嚴重時無法行走。



骨質疏鬆

常見症狀為慢性背痛及駝背。