

它是什么?



银屑病关节炎又称牛皮癣性关节炎或干癣性关节炎psoriatic arthritis (PsA) 是一种慢性(长期)影响皮肤和关节的疾病。它是炎症性关节炎中的一种。这是因为人体的免疫系统变得混乱,并开始攻击自己的关节和皮肤,造成发炎。

发炎是从拉丁文inflammare而来,意味着点燃火。有PsA的人,发炎时会造成关节发热,肿胀,疼痛。换句话说,感觉关节如同是“着了火”一样。遗憾的是,我们目前还不清楚为什么免疫系统会攻击自己和是什么东西触发它的。

随着医学的进步。治疗PsA的方法有所改变,目前可用的药物比过去更有效。



PsA是你皮肤和关节里的一把火,而这把火是由发炎所引起的。把那团火尽快熄灭,才不会继续损害身体。

想象一下,如果你正坐在客厅,看到厨房的炉子着火了。你不会说:“让我再等一会儿”,直到大火恶化,并蔓延到墙壁或天花板才开始行动。你可能会想要立刻拿起电话,拨打给消防部门,及拿灭火器熄火。

你可以把PsA想像成在你皮肤和关节里的一把火。你想要把那团火尽快熄灭,因此它不会继续损害你的身体。一旦关节损坏就无法逆转。因此我们要在PsA损害你的关节和其它身体部位之前,提早治疗。

它会对我造成什么影响?



PsA可能以不同的方式影响着人们。PsA最常“找上”几个不同的关节,如膝盖、手腕、手指。随着时间增加,更多的关节可能会受影响。部份患者的手指或脚趾末端关节会受到影响,肿起来像根香肠。此外,PsA也会影响到身体其他的部位,例如:脚后跟的肌腱、脚底部、膝关节周围、髌部关节周围或肋骨之间。一旦PsA造成了损坏,是无法逆转的。如果不及时的治疗,PsA最终会破坏受影响的关节。

PsA患者的免疫系统也会开始攻击皮肤(这被称为银屑病(psoriasis),牛皮癣或干癣)。这会导致皮肤变成红肿(发炎),有时皮肤会被银白色的鳞屑皮覆盖着。有时银屑病甚至可以隐藏在头皮上,有时它也会影响手指甲和脚趾甲。

有一件事要记住,慢性(长期)的发炎,是对身体有不益的。慢性肿胀的关节可能会造成永久性的伤害。我们知道,PsA及其他类型的炎症性关节炎是与心脏疾病有关连的。这意味着有PsA的人比起没有PsA的人有较高的机率罹患心脏疾病。

请游览RheumInfo.com 网站



RheumInfo.com是一个免费的教学网站,在这里你可以学到更多关于PsA和它的治疗。该网站是由风湿免疫科专科医生安迪·汤普森医师(Dr. Andy Thompson)所提供和管理的。

我能做些什么呢?



你应该做的第一件事情是接受PsA的治疗。如果你有或疑似有PsA,你的家庭医生应该帮你转诊给风湿免疫科的专科医生。风湿免疫科的专科医生,是治疗关节炎的专家。这种类型的医生是最能帮助你控制病情的。如果你的银屑病很严重,建议咨询皮肤科医生。

治疗的目的是为了在PsA造成永久性的损害前保护关节。一旦PsA造成了伤害,是无法用任何形式的治疗来逆转的。

对于治疗PsA,使用药物控制症状和防止长期损害是非常重要的。这些药物分为两类:

1. 改变病情抗风湿药 (DMARDs)
2. 生物制品 (Biologics)

如有PsA你应该服用DMARDs和/或 biologics。只有一种DMARD,甲氨蝶呤(methotrexate),和 biologics,能同时控制皮肤和关节的炎症。

确保实施一切可以减少心脏疾病的风险。血压和胆固醇都应该保持在健康水平。如果有糖尿病,则应保持血糖在控制之下。如果有抽烟,戒烟是一个能为整体健康帮助最大的方法。这里有一些建议,是你应该做的:

- 学习更多关于这个疾病的知识
- 定期看你的风湿免疫科的专科医生
- 听从你的风湿免疫科医生的建议,定期做血液检查
- 降低心脏疾病的风险