

风湿、过敏与免疫科

炎性肌病



炎性肌病能治愈吗？

患者康复的程度取决于肌炎的类型。大部分的多发性肌炎和皮肤炎患者若在初期接受治疗，恢复的机率相对较高。

与癌症相关的皮肤炎患者其肌炎的症状会随着癌症的治愈而康复。

炎性肌病患者能做些什么？

- **保持活跃** – 和您的物理治疗师合作，迈向恢复肌肉力量的目标。
- **调整生活节奏** – 您可能会觉得容易疲劳。过度操劳可能会使病情恶化。
- **加深对疾病的了解** – 多阅读和炎性肌有关的刊物，和我们的临床护士交谈并且向医生询问您的病况。
- **成为治疗团队的一分子** – 建议您遵从和主治医师一起决定的治疗计划。

若您对治疗有任何的疑问，请您征询主治医师的意见。

B1A 和 B1B 诊所

陈笃生医疗中心，B1 楼

联络热线：

6357 7000 (中央热线)



若想了解更多详情，请用智能手机
扫描以上的二维码，或浏览
<http://bit.ly/TTSHHealth-Library>

这些讯息对您有帮助吗？如果您对所
阅读的内容有任何意见或疑问，请随
时反馈至
patienteducation@ttsh.com.sg

什么是炎性肌病？

炎性肌病是一种导致肌肉发炎的自身免疫疾病。肌肉发炎会造成肌肉无力的症状。

肌病的类型很多，较常见到的包括：

- **多发性肌炎：**无皮疹的肌肉发炎
- **皮肌炎：**除了肌肉发炎之外，患者的眼皮及周围也会出现皮疹



左图：出现在眼皮及周围的皮疹 (Heliotrope Rash)；
右图：出现在背部或颈部的皮疹 (Shawl Sign)

图片来源 Myositis Support & Understanding

哪些人有患上炎性肌病的风险？

炎性肌病是一种罕见的疾病，全球每一百万人当中仅有 5 至 10 位患者。

任何年龄层都可能患病。较普遍的年龄群包括：

1. 孩童：介于 5 至 15 岁之间
2. 成人：介于 30 至 65 岁之间

女性患病的机率比男性多一倍。

在成年人当中，皮肌炎可能与癌症有关。因此，所有患上皮肌炎的成年人都应该接受检测，以排除癌症的可能性。

炎性肌病有什么症状？

1. 肌肉无力或疼痛

这是主要的症状。受影响的肌肉集中在躯干部位，包括颈部、肩膀、臀部及大腿。

患者可能会经历以下的情况：

- 爬楼梯时感到疲劳无力
- 从坐着的姿势站起来时有困难
- 生活自理有困难（例如：梳头、穿衣）
- 吞咽时有困难（进食时可能呛到或遇到食物进入呼吸道或肺里的状况）
- 因肺发炎而导致咳嗽及呼吸困难
- 一般症状如困倦、疲劳、体重减轻及没胃口。

2. 皮疹

皮肌炎患者除了肌肉发炎和无力的症状也会出现皮疹。这些紫红色的皮疹通常出现在脸部、眼皮及周围、手指关节、手肘及膝盖。



左图：出现在手指关节的紫红色皮疹 (Gottron's Papules)；右图：手指尖的皮裂开或变得粗糙 (Mechanic's Hands)

图片来源 Kelley & Firestein's
Textbook of Rheumatology

如何确诊炎性肌病？

炎性肌病的诊断过程比较复杂，需要时间和多次的复诊才能确定肌病的类型。

会诊时，请您尽量准确地描述肌肉无力和疼痛的部位以及出现症状的时间，以协助医生确诊。医生在会诊时会为您进行详细的身体检查以判断肌肉组织的力度和疾病的严重性。

您的医生也可能会为您安排以下的检测：

- 一般进行的检查 - 这包括全血细胞计数、肌酶及炎症指数。

- 自身抗体检测 - 这能确认存在您的体内的肌炎自身抗体类型，有助于预测您病症的发展以及患上癌症或肺炎的可能性。
- 肌电图 - 发炎的肌肉会出现不正常的电波。
- 肌肉活检 - 这项检测有助于确诊异常的病例。通过活检，医生能确认肌肉是否发炎以及肌病的类型。
- 放射性影像 - 影像检测能帮助确诊炎性肌病（例如通过磁力共振来确认肌肉发炎）并且评估受影响的范围（例如通过肺部 X-光及 CT 扫描来确认肺部是否受影响）。

依情况而定，除了以上的检测，您的医生也可能会为您安排其它的检测（例如：内窥镜、乳房扫描、CT 扫描）以找出可能隐藏的癌症病情。

如何治疗炎性肌病？

药物治疗

普遍使用的药物包括类固醇 (corticosteroid) 和免疫抑制剂 (immunosuppressant)。较严重的病况可能需要注射免疫球蛋白（通过静脉注射）或利妥昔单抗 (Rituximab, 一种生物制剂)。

其它治疗法及饮食调整

按照病况的需要，患者可以接受物理治疗，让肌肉恢复力量。吞咽有困难的病患需要调整食物的质量（例如食用粘稠的食物）或暂时通过胃管进食，并且与语言治疗师会诊。

一般的皮肌炎

紫外线曝晒会恶化皮肌炎患者的皮疹症状，因此患者应该采取适当的防晒措施。

与癌症相关的皮肌炎

这类患者应该同时接受皮肌炎和癌症的治疗。治疗过程可同步进行手术、化疗及放疗，也可采取顺序方式。