

## 健康门诊

本报通讯员 孙卉 本报记者 古瑾

最近阳光明媚、万物复苏,正是踏青出游的好时节,可林阿姨却犯了难,因为她皮肤瘙痒,满脸红疹,即便出门也要“全副武装”。怀疑是春季花粉过敏,林阿姨便自行涂抹了一些药膏,可症状却并未消退,面部甚至出现溃烂。

前不久,林阿姨到江大附院检查后才得知,原来罪魁祸首并非过敏,而是红斑狼疮。

### 红斑狼疮极易被误诊

林阿姨于几周前发现自己脸上突然冒出了一些红疹,还伴有轻度瘙痒,以为是春季花粉过敏,便没怎么在意,自行前往药店购买了几支药膏涂抹。本以为过段时间便会好转,可几周过去症状并未减轻,甚至面部皮疹破溃成溃疡,并伴有脱发、口干、眼干等症状。觉得不对劲后,林阿姨急忙来到江大附院皮肤科就诊。

结合林阿姨的病史及血常规、尿常规等各项检查结果,皮肤科医生感到病情没有那么简单,也并非过敏所致,建议转至风湿免疫科就诊。在风湿免疫科主任汤郁的建议下,林阿姨又进行了补体免疫球蛋白全套检查。综合各项检查结果,汤郁诊断林阿姨应是患了红斑狼疮。

汤郁介绍,红斑狼疮是一种慢性、反复发作的自身免疫性疾病,主要损害人体免疫系统,多发于女性。之所以称其为红斑狼疮,是因为最早发现该病时,患者面部出现的红色皮疹类似于被狼咬伤之后出现的伤口,因此便以“红斑狼疮”命名。

汤郁提醒,红斑狼疮≠红斑+狼疮,其症状多发,可累及皮肤、肾脏、心血管等,所以易被误认为是皮肤、肾脏或心血管疾病。目前已收治的患者中,有一部分就是从皮肤科等其他科室转入。

### 红斑狼疮的常见临床表现

**1. 皮肤损伤:**80%的患者会出现面部蝶形红斑,其次为下唇、头皮、外耳、胸前、手足背等部位出现红斑。此外,部分患者早期还会出现脱发、口腔黏膜糜烂、溃疡等症状。

**2. 关节、肌肉酸痛:**关节和肌肉酸痛为常见早期症状之一。

**3. 多器官受累:**可累及肾、心、肺、中枢神经系统等重要器官,其他消化道外分泌腺(泪腺等)、眼部均可受累。

**4. 全身症状:**不明原因的长期低热、畏寒、乏力、体重下降等。

汤郁介绍,红斑狼疮被称为“不死的癌症”,目前尚没有药物完全根治,但患者也不必过度焦虑,只要接受规范治疗,就能有效控制病情,并恢复正常工作和生活。

对于红斑狼疮,目前主要以药物治疗为主,如糖皮质激素、免疫抑制剂等,目的是抑制炎症反应,调整体内免疫反应,改善患者症状。

汤郁提醒,患者出院后除了规范用药外,预防感染也是防止红斑狼疮复发的关键措施。当出现皮疹时应禁止抓挠,避免皮肤抓伤;发现皮肤溃疡、水疱等情况后应保持破损处干燥,避免沾水。同时,注意防晒。紫外线照射不仅会使皮损症状加重,还

可能引起全身症状的恶化或病情复发,因此日常需做好防晒工作,注意穿长袖、长裤、戴帽子和口罩。此外,红斑狼疮病程长,且易反复发作,患者难免会存在一些焦虑、恐惧等负面情绪,造成内分泌紊乱,不利于病情恢复,因此家人的陪伴、疏导也非常重要。

“红斑狼疮是一种终身慢性疾病,容易复发,需终身管理,因此患者应定期随访,医生根据评估适时调整治疗方案。”汤郁说。

### 关于红斑狼疮的多重疑虑

红斑狼疮好发于女性群体,导致很多女性朋友会有这样的疑虑:红斑狼疮是否会影响生育? 是否有遗传性? 对此,汤郁一一进行了解答。

Q:得了红斑狼疮可以怀孕吗?

A:红斑狼疮患者的生育能力并不受疾病影响,但也存在流产风险,应有计划性怀孕。患者如有生育计划,最好在计划怀孕前到医院进行系统检查,并在风湿免疫科专业医师的指导下,共同制定妊娠计划,以确保妊娠安全。

Q:红斑狼疮会遗传吗?

A:红斑狼疮不具有传染性,但却具有一定的遗传倾向。如果家庭成员患有此病,则患病风险将有所增加。但红斑狼疮也可能受雌激素、环境因素(紫外线、药物、吸烟等)、病毒感染等多重因素影响,遗传风险整体较低。

# 皮肤瘙痒+红疹=过敏?小心红斑狼疮

## 春季皮肤过敏,该如何应对?

本报通讯员 孙卉  
本报记者 古瑾

春季虽然是万物复苏的大好时节,但也是细菌、螨虫等微生物比较活跃的季节,一旦皮肤接触了细菌或螨虫之后,就很容易出现过敏的问题。另外,春季各种鲜花纷纷盛开,在春风的吹拂之下花粉会四处乱飞,一旦粘附在皮肤上,也容易导致皮肤过敏。

对于先天过敏体质人群来讲,只要身体接触或吸入了花粉、灰尘等过敏源,就会导致皮肤出现炎症反应,如果没有得到及时有效的缓解,那么就会出现过敏症状。那么,该如何避免自己的皮肤过度受到刺激呢?

### 1. 远离过敏源

春季要想预防皮肤过敏,最有效的方法就是和过敏源进行隔绝,比如远离公园、树林等容易导致皮肤过敏的环境,室内和院子里不养花等。另外,经常清扫房屋、勤换衣服或床单,也能尽量减少螨虫和细菌的骚扰,可以在一定程度上远离过敏症状的危害。

出门时应该戴上口罩和帽子,这样也能降低皮肤过敏的几率。

### 2. 做好个人保健

过敏体质人群平时一定要远离容易导致皮肤过敏的食物,早睡早起,调整好自己的情绪和心态。另外,还应该有一些适量运动,增强身体抗过敏的能力。

### 3. 做好肌肤护理

洗脸时用温水,选择性质温和的洁面乳。可以用一些不含刺激成分的补水面膜,为肌肤补充水分,增强肌肤抵抗力。一旦发现皮肤红肿,要做好舒缓工作。出门踏青时,要做好防晒工作。

