

**第八章**  
**风湿性疾病病人的护理**

**第三节**  
**类风湿关节炎病人的护理**



疾病名称	常见的累积关节	是否对称	特点
类风湿关节炎	近侧指间、掌指、腕关节等小关节	呈对称性多关节受累	持续性疼痛，活动后减轻
系统性红斑狼疮	指、腕、肘、膝等四肢关节	呈对称性多关节炎	日晒后加重，可有晨僵
强直性脊柱炎	骶髂、髌、膝、踝关节受累最多见	不对称性持续性疼痛	
风湿性关节炎	游走性		
痛风	单侧第一跖趾关节，	疼痛固定剧烈	



1



侧偏斜

手指天鹅颈畸形



# 概念

类风湿关节炎是一种以累及**周围关节**为主的炎症性**自身免疫**疾病。60% ~ 70% 出现**自身抗体 IgM**，即**类风湿因子 (RF)**

特征性的表现为：**对称性、周围性、多个关节慢性炎性病**变。



## 临床特点

类风湿关节炎的基本病理改变为  
**慢性滑膜炎导致关节软骨和骨的破坏。**  
**出现关节畸形和功能障碍**  
发病年龄多在 **20 ~ 60 岁**，男女之比  
为 **1:3**。



# 护理评估——健康史

起病时间、病程情况

感染病史

诱因

家族史

病后对生活的影响

诊疗及用药情况

无金黄色葡萄球菌、链球菌、支原体、病毒、原虫等

寒冷、潮湿、疲劳、感染、雌激素、创伤、精神刺激等



# 护理评估——身体状况

## 1. 关节表现

典型表现为**对称性多关节炎**。

主要侵犯**小关节**

最常侵犯的关节依次是**腕、近端指间、掌指关节**，其次是**跖趾、膝、踝、肘、肩、髋等关节**。主要表现有：

(1) **晨僵**

(2) **关节肿痛**（**关节痛最早的关节症状**）

(3) **关节畸形和功能障碍**



# 护理评估——身体状况

## 晨僵

出现在 95% 以上的病人。早晨起床后病变关节僵硬明显，持续时间多超过 1 小时，活动后症状减轻。

晨僵持续时间与关节炎症的严重程度呈正比，是观察本病**活动**的指标之一。



# 护理评估——身体状况

## 痛与压痛

多发生在**近端指关节**，

**关节痛**常常是**最早**症状，多呈**对称性**、**持续性的钝痛或胀痛**。

关节炎性肿大而附近肌肉萎缩，关节呈梭形如**梭状指**。



## 关节畸形和功能障碍

多见于较晚期的病人。因关节及周围组织病变，使关节不能保持正常位置，出现手指关节半脱位，如尺侧偏斜、屈曲畸形、天鹅颈样畸形等，同时引起该关节功能障碍。



梭形肿胀



尺侧偏斜



天鹅颈样畸形





# 护理评估——身体状况

## 2. 关节外表现

### 类风湿结节

**类风湿血管炎：**是肢体末端动脉炎可表现血，病情较重者可累及

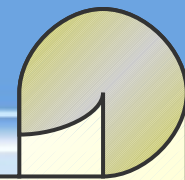
**其他：**部分病人可**贫血**等。

### 类风湿结节

**多位于前臂伸面、肘鹰嘴附近、枕、跟腱等处皮下，结节直径数毫米至数厘米不等，质硬、无压痛，对称性分布，提示病情活动。**



**类风湿皮下结节**





# 护理评估——心理-社会状况

长期不愈  
反复发作  
关节损害

自理能力下降，  
严重影响日常生活和工作

缺乏家庭或社会支持

焦虑  
抑郁  
悲观

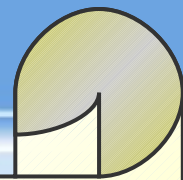


# 护理评估——辅助检查

1. 血液检查
2. 关节滑液检查

白细胞明显增加。

红细胞计数及血红蛋白浓度下降；血沉增快（滑膜炎活动指标）、C反应蛋白增高；70%病人血清中可测到Ig-M型类风湿因子（滴度与活动性和严重性呈正比）及免疫复合物。



**3 . X线检查——手指和腕关节最有价值**  
早期仅见关节周围软组织肿胀、关节端骨质疏松（I期）；  
稍后关节间隙变窄（II期）  
关节面出现虫凿样改变（III期）；  
晚期可出现关节半脱位、纤维性和骨性强直。（IV期）





## 治疗要点

**控制炎症，缓解症状，控制进展，保持关节功能和防止骨破坏及关节畸形。**

**常用药物：**

**非甾体类抗炎药物：**控制关节肿痛、改善症状。常用阿司匹林。

**慢作用抗风湿药：**有抗炎作用，能控制疾病发展。如环磷酰胺、环孢素 A 等，多与非甾体抗炎药联合应用。

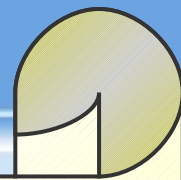
**糖皮质激素：**不能根本控制本病



# 护理措施

## 疼痛：关节疼痛

- 1、减少活动，做好生活护理
- 2、夜间关节保暖，预防晨僵。
- 3、保持关节的功能位，必要时用石膏托、小夹板固定；避免疼痛关节受压、负重。
- 4、适当进行活动关节和功能锻——防止关节肌肉萎缩及失用。
- 5、根据病情可采用热敷、热水浴、温泉浴、蜡疗、磁疗、红外线等疗法，减轻疼痛。



- 1、**疼痛：关节痛** 与滑膜炎症、关节肿胀有关。
- 2、**躯体活动障碍** 与关节肿痛、畸形有关。
- 3、**有失用综合征的危险** 与关节肿痛、畸形引起功能障碍有关
- 4、**焦虑** 与疾病久治不愈、关节可能致残有关



# 护理措施——一般护理

休息

活动期病人应卧床休息，  
保持关节功能位

饮食

症状缓解后鼓励病人及早下床活动，防止关节僵硬和肌肉萎缩。

生活护理

素的清淡易消化饮食，  
贫血病人增加含铁食物。



## 护理措施——病情观察

**主要观察关节疼痛、肿胀和活动受限的变化，晨僵、关节畸形的进展或缓解的情况。**

**有无胸痛、心前区疼痛、腹痛、消化道出血、头痛、发热、咳嗽、呼吸困难等关节外症状。一旦出现，提示病情严重，应及时报告医生处理。**



# 护理措施——关节护理

**保持关节功能位**

可使用石膏、支架和夹板，维持肘、腕呈伸

**保暖**

对晨僵肢体戴手套保暖

**锻炼**

鼓励病人在可以耐受的范围内积极进行主动或

**物理治疗**

关节局部热敷、按摩、热水浴、温泉浴、红外线超短波或短波透热疗法，以增加局部血液循环，使肌肉松弛，减轻疼痛，消除关节僵硬。



## 护理措施——心理护理

向病人和家属解释本病治疗及预后，鼓励与同病室病人多交流，增强与疾病抗争的信心。

鼓励病人自我护理，从事力所能及的活动，克服自卑心理，争取早日重归家庭和社会。





# 护理评价

**1 . 病人的关节肿胀、疼痛是否减轻或消失。**

**2 . 日常生活能否自理。**

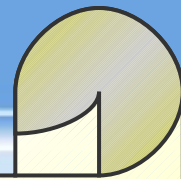




# 思考题

**1 . 何谓类风湿关节炎？主要的关节表现有哪些？**

**2 . 如何进行关节护理？**

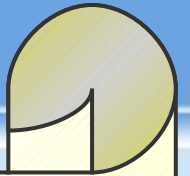


## 1、类风湿因子是

**A 自身抗体    B 细胞免疫因子    C 抗原抗体复合物    D C 反应蛋白    E 感染性抗原**

## 2、类风湿性关节炎最常出现的部位是

**A 足趾    B 膝关节    C 踝关节    D 肘关节    E 腕、掌关节近端指关节**



**3、类风湿性关节炎阳性发生率最高的检查是**

**A 血沉增快 B 类风湿因子阳性**

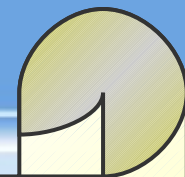
**C C 反应蛋白 D 抗 Sm 抗体阳性**

**4、为缓解类风湿性关节炎的关节疼痛常选用**

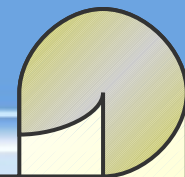
**A 阿司匹林 B 甲氨蝶呤 C 雷公藤**

风湿性疾病 布洛芬 泼尼松

人民卫生出版社



- 5、类风湿关节活动期的错误护理是**
- A 卧床休息、减少活动**
  - B 服用阿司匹林、消炎止痛**
  - C 进行关节的功能锻炼**
  - D 晨起用热水泡手**
  - E 保持关节功能位**



活

- 6、类风湿性关节炎基本病理改变是**
- A 免疫反应    B 关节畸形**
- C 骨质破坏    D 滑膜炎    E 补体激**