

<<远离类风湿性关节炎>>

图书基本信息

书名：<<远离类风湿性关节炎>>

13位ISBN编号：9787534557019

10位ISBN编号：7534557011

出版时间：2008-1

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：刘沛生

页数：142

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<远离类风湿性关节炎>>

内容概要

类风湿性关节炎是一种病因不明的慢性进行性加重的疾病，以小关节对称性出现肿胀、疼痛为主要特征，可以使多个系统受到损害，危害很大，是造成人体残疾的罪魁祸首之一，预计我国约有500万类风湿性关节炎病人。

本书将帮助你对类风湿性关节炎有一个明确了解，及早发现，及时实施规范的诊断和治疗，提高自我保健意识，让健康和轻松的生活永远围绕着你！

<<远离类风湿性关节炎>>

书籍目录

第一部分 类风湿性关节炎的概念、性质和诊治 一、类风湿性关节炎是怎么回事 (一) 类风湿性关节炎是什么样的病 (二) 关节痛就是关节炎吗 (三) 类风湿性关节炎与风湿性关节炎是一回事吗 (四) 类风湿性关节炎是怎么回事 (五) 我们的关节结构是什么样的 (六) 类风湿性关节炎的关节发生了什么改变 (七) 类风湿性关节炎为什么又叫“死不了的癌症” 二、类风湿性关节炎是怎么得的 (一) 感染作怪, 关节遭殃 (二) 类风湿性关节炎与遗传因素的关系 (三) 类风湿性关节炎与内分泌因素的关系 (四) 类风湿性关节炎的诱发因素 (五) 类风湿性关节炎发病与天气有关 (六) 吸烟与类风湿性关节炎发病的关系 (七) 类风湿性关节炎发病与糖代谢失调有关 三、你有这些类风湿性关节炎的症状吗 (一) 类风湿性关节炎的临床表现 (二) 类风湿性关节炎好发的关节有哪些 (三) 晨起, 关节不“听话”——晨僵 (四) 类风湿性关节炎还有哪些关节容易发病 (五) 类风湿性关节炎形形色色的表现 (六) 关节肿胀和疼痛分类 (七) 类风湿性关节炎病人的临床特点是什么 (八) 怎样区分类风湿性关节炎的严重程度 (九) 类风湿性关节炎能损伤内脏吗 (十) 什么是恶性类风湿性关节炎 (十一) 幼年型类风湿性关节炎有哪些表现 (十二) 长期关节病不可忽视结核风湿症 (十三) 别把骨关节炎当成类风湿性关节炎 四、怎样知道自己是否患类风湿性关节炎 (一) 类风湿性关节炎的诊断标准是什么 (二) 什么是类风湿因子 (三) 类风湿性关节炎要做哪些化验检查 (四) 类风湿性关节炎要做哪些特殊检查 五、类风湿性关节炎的分期 (一) 急性期(类风湿早期) (二) 亚急性期(类风湿中期) (三) 慢性期(类风湿晚期) (四) 缓解稳定期 六、类风湿性关节炎的治疗 (一) 规范治疗、不留遗憾 (二) 类风湿性关节炎的早期治疗 (三) 类风湿性关节炎的联合用药 (四) 个体化治疗方案 (五) 非甾体抗炎镇痛类药物 (六) 免疫抑制剂类药物 (七) 激素的应用 (八) 云克 (九) 其他药物 (十) 类风湿性关节炎的外科治疗 第二部分 如何照料类风湿性关节炎病人 一、把温暖送入病人心中 二、类风湿性关节炎病人要注意保暖 三、处处关心病人的生活 (一) 防潮湿、忌受寒 (二) 注意病人的休息和运动 (三) 帮助病人保护好关节 (四) 为病人准备好“护膝” (五) 衣服要舒适、轻巧、容易穿脱 四、鼓励病人做适当的工作和家务 五、改造小家居, 让病人更方便 六、照顾好家中的重症病人 七、重症病人的监护和护理 八、类风湿性关节炎病人不必“谈虎色变” 九、对类风湿性关节炎不能轻视 十、类风湿性关节炎病人不要自行选药 十一、教育类风湿性关节炎病人做好自我管理 第三部分 类风湿性关节炎病人的生活起居 一、类风湿性关节炎病人生活起居应注意哪些 (一) 活动要有度 (二) 饮食要有节 (三) 诱因要避免 二、四季防风寒湿邪侵袭 三、注意保护受损的关节 四、日常生活中保护关节的方法 五、保持良好心态, 战胜类风湿性关节炎 六、类风湿性关节炎病人可以怀孕吗 七、怎样做才能保证胎儿的健康 第四部分 类风湿性关节炎病人的饮食与营养 一、饮食调养对类风湿性关节炎病人非常重要 二、多选用增强免疫功能的食品 三、食物宜清淡, 富于营养 四、粗细结合, 不偏食 五、注意忌嘴 六、对类风湿性关节炎病人有害的食物 七、对类风湿性关节炎病人有益的食物 八、类风湿性关节炎病人饮食六不宜 第五部分 类风湿性关节炎病人的运动锻炼 一、坚持骨关节锻炼, 防止关节僵硬 (一) 关节活动操, 每天不可少 (二) 如何进行日常生活活动训练 (三) 类风湿性关节炎病人的功能锻炼 二、晨练和散步是病人康复的好方法 三、重视康复锻炼 四、适度进行康复运动 五、体疗的作用 六、体疗的方法 七、温水沐浴是一种理想的康复形式 八、坚持做体疗操 九、类风湿性关节炎不同时期的锻炼 十、坚持进行按摩 十一、生活、精神调理与锻炼 十二、类风湿性关节炎康复效果的评价 第六部分 怎样防治类风湿性关节炎病人的并发症 一、类风湿性关节炎要“三早”——早发现、早预防、早治疗 (一) 早发现是防治类风湿性关节炎的关键 (二) 孩子反复发烧当心类风湿性关节炎 (三) 幼年时期类风湿性关节炎的三个类型 (四) 早期诊断是防治的重要前提 (五) 类风湿性关节炎发展三步曲 (六) 不要把类风湿与风湿混为一谈 (七) “类风湿因子”代表什么 (八) 怎么预防类风湿性关节炎 二、寒冬季节类风湿性关节炎的表现 三、类风湿性关节炎病人应该做到“三要三不要” 四、积极治疗类风湿性关节炎, 防止并发症的发生 (一) “黄金时期”勿错过 (二) 巧用激素疗效好 (三) 激素不是特效药物 (

<<远离类风湿性关节炎>>

四) 不要乱用药 (五) 藤类药治疗类风湿性关节炎有独到之处 (六) 中西医药结合控制病情发展 (七) 医患配合、“守方久治”疗效好 (八) 类风湿性关节炎的外治法 五、治疗类风湿性关节炎不要“因噎废食” 六、类风湿性关节炎能否治愈 七、类风湿性关节炎的预后怎样 八、如何防止类风湿性关节炎致残 九、类风湿性关节炎会引起“风瘫”吗

<<远离类风湿性关节炎>>

章节摘录

一、类风湿性关节炎是怎么回事 (一) 类风湿性关节炎是什么样的病 类风湿性关节炎是以周围关节为主的肿胀、疼痛为特征的自身免疫疾病，这种病不是免疫功能下降，而是免疫功能紊乱，体内产生了一种不正常的抗体，这种抗体“自家人不识自家人”，它不去对付外来的病原体和异物，而是破坏自身的正常组织（如关节组织），结果导致类风湿性关节炎的发病。

类风湿性关节炎是一种慢性疾病，到了中、晚期则很难治愈，容易导致关节变形和肢体残疾，甚至终身瘫痪，因而被称为“不死的癌症”，是造成我国人群丧失劳动力和致残的主要病因一。

为了推动类风湿性关节炎的防治工作，世界卫生组织确定每年10月12日为类风湿性关节炎日。

本病多见于女性，女性病人是男性病人的三倍。

急性类风湿性关节炎常侵害儿童与青年，初次发病者多在5~15岁之间，7~10岁为发病高峰，5岁以下者仅占8.5%。

本病的复发大多发生在初次发病后的3~5年之内，因此，复发多见于25岁之前，但不少病人可迁延到中、老年期。

本病第一次发作时间多数是在冬春季节，11月到第二年2月发病最多。

类风湿性关节炎病人平均寿命比正常人缩短10—15年，如果病变侵犯心脏、血管、肺脏和神经系统，则可能危及生命。

专家提醒 类风湿性关节炎是自身免疫疾病，是体内产生的一种不正常的抗体，破坏自身的正常的关节组织，结果造成关节发炎、肿胀和变形，从而导致类风湿性关节炎的发病。

(二) 关节痛就是关节炎吗 类风湿性关节炎是以关节肿胀、疼痛为主要特征性疾病，那么，是不是凡出现关节疼痛的情况都是类风湿性关节炎呢？

<<远离类风湿性关节炎>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>