

認識自體免疫疾病

文/過敏免疫風濕科 魏正宗 主任

自體免疫疾病是一種人體內自己的免疫系統攻擊自己細胞的疾病。常見的自體免疫疾病有：紅斑狼瘡，類風濕性關節炎、僵直性脊椎炎、乾癬、乾燥症、硬皮病、皮肌炎、血管炎等。以所有的自體免疫疾病罹病人數而言，總盛行率約為所有人口的5%之多。

自體免疫疾病的臨床表現複雜多樣，可輕可重。可能的症狀包括：不明原因發燒、掉頭髮、口腔潰瘍、關節痛或僵硬、背痛、肌肉無力、皮疹、蛋白尿、血尿、血球減少、紫斑、血液循環不良、眼乾及口乾等，若這些症狀兩三種以上同時出現，建議找免疫風濕科診察確認。

治療自體免疫疾病，主要的藥物為類固醇、消炎止痛藥、免疫調節劑以及免疫抑制劑等。近年來，針對自體免疫疾病特有的免疫分子的各種生物製劑相繼問市，這些新藥，可以有如定向導彈般精確地描準異常的免疫分子，而不會傷害正常細胞，這就是免疫標靶療法。目前台灣已有Etanercept (Enbrel, 恩博) 及Adalimumab (Humira, 復邁) 兩種藥物上市，對類風溼性關節炎、僵直性脊椎炎、乾癬都非常有效。Rituximab (MabTheRa, 莫須瘤) 也已上市，是一種抗B細胞單株抗

體，用來治療抗B細胞療法過多之骨髓瘤及類風溼性關節炎，也有報告對紅斑狼瘡、乾燥症等有效。另一種抗B細胞免疫療法Belimumab，及新藥Abatacept，已在歐美上市，用於治療類風濕性關節炎，目前正在全球，包括台灣進行紅斑狼瘡的臨床試驗。

自體免疫疾病患者需特別過健康的生活型態，包括作息正常、飲食均衡、適量運動、睡眠充足、減少壓力、戒菸等，飲食原則為少油、少熱量；不亂吃改變免疫力的藥物及食品；多攝取深海魚油、維生素D、鈣質等食物。控制血壓血脂、血糖及體重，以減輕自體免疫疾病無可避免的動脈硬化。必要時應提早使用阿斯匹靈預防血栓，Statin藥物降血脂及雙磷酸鹽預防骨鬆。當然，更重要的是，遵從醫囑、按時服藥，定期追蹤複診，終身治療。

自體免疫疾病是需要終生治療的複雜疾病，目前雖然不能根治，但絕對不是絕症，只要配合醫生指示規律服用藥物，病人依然可以過著有品質的生活。近年來免疫調節劑、生物製劑等新藥物進步迅速，已改寫治療紅斑狼瘡、僵直性脊椎炎，乾癬及類風濕性關節炎的準則。