



全身性紅斑狼瘡的注意事項

一、什麼是全身性紅斑狼瘡？

全身性紅斑狼瘡為慢性、原因不明之炎性疾病，除了侵犯人體的關節，肌肉及免疫系統外，尚會破壞皮膚、腎臟、神經系統、肺臟、心臟及血液相關的器官，是一種典型的全身性自體免疫疾病。

二、護理指導內容

- (一) 避免過度日曬，外出應穿著長袖、撐傘或戴帽子，皮膚擦防曬油(防曬係數15以上)做好皮膚的保護。日光燈加燈罩，避免菸酒及過度疲勞，導致病情之惡化。
- (二) 關節疼痛時宜臥床休息，患處予適當支托，維持舒適臥位。
- (三) 保持皮膚清潔，經常修剪指甲，勿抓破皮膚，以免感染。
- (四) 自我觀察皮下出血狀況，注射時，採較細之針頭，儘量避免肌肉注射。
- (五) 女病人如考慮懷孕時，必須在醫師的治療計劃下配合進行。
- (六) 儘量少進出公共場所或空氣污濁之場合。
- (七) 經常保持口腔清潔，可採軟毛牙刷刷牙，注意個人衛生習慣養成。
- (八) 鼓勵攝取高蛋白、低熱量、高維生素與鐵質等飲食，若腎臟受侵犯應限制蛋白質、限鉀食物，若出現蛋白尿，則須減少活動量。
- (九) 每天測量體重，如有下肢水腫情形，應將下肢抬高，避免長時間站立。
- (十) 在發病期，57~78%的病人有貧血現象，故有輕度貧血時不需輸血，一般在經過治療後，血紅素可在數週內恢復正常。
- (十一) 在治療期中，儘量與醫護人員合作，並共同擬定活動與休息之計劃表。
- (十二) 了解疾病之各種症狀和藥物的使用方法及副作用，使病情能控制良好，並減少藥品之併發症。
- (十三) 定期門診追蹤，切忌自行停藥，應配合醫囑服藥，並與醫師密切聯繫。
- (十四) 生活規律，充分休息，注意營養，定期門診作常規檢查。
- (十五) 如有輕微發燒、血尿、紫斑、神智不清、關節疼痛及抽筋等症狀，需立即求診。

參考文獻

翁奴謹(2011)．抗神經自體抗體與全身性紅斑性狼瘡．臺灣兒童過敏氣喘及免疫學會學會通訊，12(3)，2-3。