

投稿類別：健康與護理類

篇名：
淺談修格連氏症

作者：
吳愷容。台中市私立葳格高級中學。普通科二年甲班

指導老師：
王貞文老師

壹●前言

修格連氏症候群(Sjogren`s Syndrome)這疾病起源於 1933 年，有一位醫師名為 Henrik Sjogren 描述一群人具有眼乾(乾燥性角膜結膜炎)、口乾及關節炎等疾病，到了 1960 年代末期，醫師才清楚這些病患之症狀是屬於自體免疫疾病。

家中的一位長輩罹患了這個疾病，每隔一段時間都必須回醫院複診。這位長輩為我很親近的家人，所以我想藉由這次機會了解修格連氏症，並充實醫藥新知。也進一步希望能夠盡我所能協助家人快樂康復。

貳●正文

一.修格連氏症的種類

修格連氏症候群(Sjogren`s Syndrome)俗稱乾燥症候群，是一種慢性、進行性的自體免疫性疾病，抽血出來SSA和SSB抗體指數過高，導致攻擊自身的細胞，如要做檢查，應到風濕免疫科。病患剛開始都是從其中得一些小症狀開始，例如：乾口症、乾眼症、皮膚炎或關節炎等。直到去了醫院做抽血、唾液腺攝影氏等深入調查才得知了自己得到了修格連氏症，如同我那位長輩一樣。修格連氏症主要是破壞人體的外分泌腺，主要症狀都發生於淚腺與唾腺，所以常會有口腔以及眼睛乾燥的困擾，除了這些，還會伴隨其他的自體免疫疾病。修格連氏症候群分為兩類，主要是依據是否合併其它自體免疫疾病分為原發性修格連氏症候群與繼發性修格連氏症候群兩種。(以下修格連氏症候群簡稱為SS)

(一)原發性 SS

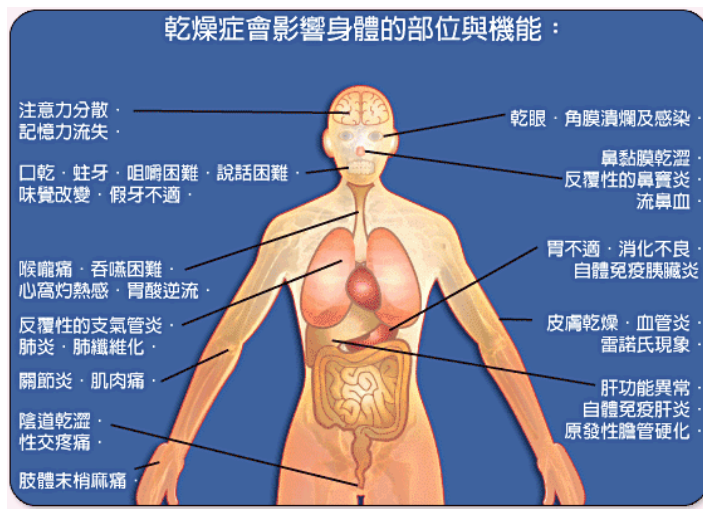
原發性 SS 沒有合併著其他自體免疫疾病，而因尚未完全了解，研究者認為可能和病毒感染、荷爾蒙、基因和其他未知因素有關。原發性 SS 早期的症狀並非非常明顯，所以都檢查不太出來，很多時候都會被誤認為焦慮症、交感神經調節異常或女性荷爾蒙問題等疾病，但到了晚期，會慢慢的侵入器官，其中有肺臟、腎臟和胰臟等，到最後更嚴重，甚至會出現淋巴癌和血癌之風險。通常以乾口症、乾眼症、外分泌腺腫大、關節疼痛、關節炎和雷諾氏現象等臨床表徵開始。

(二)繼發性 SS

繼發性 SS 有合併其它自體免疫疾病，例如紅斑性狼瘡、類風濕性關節炎、多發性肌炎、結節性多發性動脈炎、全身性硬皮症、膽道硬化症等症狀。

二.臨床表徵

臨床表徵有很多種，乾口症、乾眼症、關節病變或是器官的病變，例如：肺臟、肝臟、腎臟等(如圖 1)。取其中較為常見的臨床表徵做介紹。



圖一：《乾燥症會影響身體的部位與機能》

圖片來源：2016/10/20 取自 <http://www.hungclinic.com.tw/newsdetail.aspx?cid=6&id=66>

(一) 腺體的臨床表徵：

1. 乾眼症

SS 常見的症狀之一。正常人每隻眼分泌淚液的速度是 $1\mu\text{L}/\text{分鐘}$ ，而每分鐘少於 $1\mu\text{L}$ 的分泌量就會產生乾眼症的現象，也有可能是因為蒸發量過大。起初自己判斷的話，大概是每天持續性眼乾超過三個月以上，眼睛有細砂感。當然，更準確判定乾眼症的方法就是進行更進一步的檢查，用“修門氏檢查”若測出來與確診結果相符，則乾眼症的診斷就是確定的。如果之後更為嚴重，甚至會有角膜潰爛及感染的可能性。(圖 2)

(補充)修門氏檢查：將試紙放在下眼瞼，若試紙被淚液潤濕的長度小於 5mm ，確定為乾眼症。(圖 3)



圖 2：《乾眼症》

圖片來源：2016/10/20 取自

圖 2 Smart phone 症候群 眼睛未老先衰 | SoHealthy.com.hk

圖 3 [http : //leetracy07.pixnet.net/blog/post/149747160](http://leetracy07.pixnet.net/blog/post/149747160)



圖 3： 《淚液測試》

2. 乾口症

SS 最常見的症狀之一。患者少於唾液腺口水基礎分泌量 1.5ml/15 分鐘。早期，患者通常會口腔味道異常、食不知味，慢慢地，口水分泌越來越少，吞嚥逐漸困難，發生雙側唾液腺腫大的現象。晚上睡覺時，有可會爬起床喝水，但有時喝水也很難止渴。到了晚期，會有說話困難、嘴巴被黏住等現象發生。



圖 4：《乾口症》

圖片來源：2016/10/20 取自

圖 4 [http : //www.okanagachiro.com/byouki/daekisen.html](http://www.okanagachiro.com/byouki/daekisen.html)

圖 5 [http : //gensun.org/wid/225378](http://gensun.org/wid/225378)



圖 5：《雙側唾液腺腫大》

(二)關節病變

在疾病演變的過程中，關節病變也是常見症狀之一。剛開始可能只是單純的關節痛、手指僵硬或慢性關節炎，極少數病人會出現類似類風濕關節炎、骨頭發生糜爛和關節嚴重的變形(圖 6.7)。病患可以服藥或是在關節內部注射玻尿酸、類固醇，靠它的流變性用做黏彈性物質補充，作用是潤滑關節、保護軟骨。



圖 6：《關節病變》

圖片來源：2016/10/20 取自

圖 6 <http://shoasis.net/content/oj4iknpftvf7m59w.html>

圖 7 <http://pchome.uho.com.tw/sick.asp?aid=15740>



圖 7：《關節病變》

(三)雷諾氏現象

雷諾氏現象有時也會出現在原發性 SS 當中，由身體末端皮膚可以觀察到顏色的變化，從白到紫到紅三個階段(圖 8.9)。有些患者只會從白到紫，現象較不明顯。多吃些擴張血管的食物例如蔬菜類，少吃油炸類，做些適當的運動，隨時做好保暖，可以促進血液循環，減少雷諾氏現象的發生。



圖 8：《雷諾氏現象》



圖 9：《雷諾氏現象》

圖片來源 2016/10/20 取自 <http://jandan.net/2012/12/25/raynaud-phenomenon.html>

(四)器官病變-胰臟

胰臟裡的胰液在正常情況下，可以幫助人體進行脂質的分解。但是 SS 可能造成胰液分泌過少，脂肪性的食物無法進行分解，可能引發脹氣或是消化不良等現象。進一步有可能會有胰臟炎(圖 10)，胰臟所產生的酵素中，最厲害的胰蛋白酶被激活了，發生“自我消化”的現象。



圖 10：《胰臟炎》

圖片來源：2016/10/20 取自

<http://blog.chihchih.net/blog/post/38946065-%E8%83%B0%E8%87%9F%E7%82%8E>

三.流行病學

修格連氏症發生於各年齡層，較容易發於 30～50 歲的女性，男性與女性的比例約為 1：9。此病的流行率還沒有非常明確的數據，流行率會因不同地方不同環境而改變。

四.治療

乾口症較嚴重的病患，可以多吃些會刺激唾液分泌的食品，例如：無糖口香糖、無糖檸檬水或無糖喉糖。也可以含著小冰塊或一小口水和人工唾液(圖 11)，這些都可以保持濕潤。另外，唾液腺刺激劑，是治療方法中最效果最好的。Pilocarpine，是一種新研發的藥，是一種膽鹼類之副交感神經促進劑，增加唾液分泌，它的副作用有以盜汗為主，使用時也有禁忌，假如有心血管疾病或是孕婦的患者不得使用。



圖 11：《唾液腺刺激劑》

圖片來源：2016/10/20 取自

<http://lymphoma.kmpmlb.com/L-basis/L-treatment/L-drug.htm>

乾眼症的病患，使用人工淚液(圖 12)或是在睡前擦眼藥膏或是滴眼藥水保持眼睛的濕潤。避免過度使用眼睛讓眼睛過度疲勞，在房間也能放一杯水，讓空氣多些濕度。也可以多吃些維他命 A 的食品，例如；胡蘿蔔、魚肝油、南瓜等。



圖 12：《人工淚液》

圖片來源：2016/10/20 取自

<http://tradeduck.com/displayitem.php?itemid=3718970>

對於皮膚或關節較嚴重的病患，常以注射類固醇或玻尿酸的方式增加關節潤滑度。也可以使用吃藥控制的方式，但是目前只能控制、壓抑病情，醫學上尚未研發出可以完全治癒的藥物。家中那位長輩，就是關節發炎較為嚴重，其主治醫生主要共開了兩劑藥項。第一劑藥是“必賴克廬”，簡稱奎寧(Plaquenil)(圖 13、14)，外表呈白色圓形，此藥物的主要作用是治療瘧疾感染、調節免疫功能，副作用會造成腹瀉、頭痛、搔癢和落髮。吃完之後檢驗出來的 SS 指數下降，即證明該疾病有得到控制效果。同時也搭配了一般的消炎止痛藥(圖 15)，主要是用在有時突然有關節腫脹等情形能減緩疼痛感。第二劑藥是“治善”(Trexan)(圖 16)，主要作用是治療癌症和類風濕性關節炎、牛皮癬，此藥物藥性非常強烈，會發生較嚴重的副作用，像是嚴重過敏反應，若發生時應立即通知醫生。



圖 13 《必賴克慶藥袋》



圖 14：《奎寧》



圖 15：《止痛藥》



圖 16：《治善》

圖片來源：2016/10/20 自家長輩醫用藥物實拍

參●結論

目前台灣衛生部門已將修格連氏症列為重大傷病之一。具體來說，它就是一種自體免疫系統攻擊自身正常分泌腺的疾病。進行這份報告的過程中，我對修格連氏症有更進一步的了解。因為與家中長輩的深入互動，我了解到這個疾病的治療過程是非常辛苦的，有時候會因為藥物副作用帶來的痛苦而暫停服用。但擅自停藥後病情又會惡化，觸發更嚴重的關節發炎，導致行動不便，進而影響心情，整個人情緒陷入極度的憂鬱甚而暴怒！每當我看到長輩的情緒又陷入低潮時都心疼不已。我認知到在面對這種不穩定的病症，除了緩解身體上的痛苦以外，家人的陪伴與支持是更重要的。透過這次小論文的整理，我學習到這種疾病會產生的症狀，也更加清楚治療的過程。今後，我會用更多的同理心來陪伴長輩，協助她完成全部療程，期許她能夠恢復原有的健康身體，重拾應有的幸福人生。

肆●引註資料

1. Sjögren H. (1933). *Zur Kenntnis der keratoconjunctivitis sicca*. Doctoral thesis.
2. Rapini, Ronald P., & Bolognia, Jean L., & Jorizzo, Joseph L. (2007). *Dermatology: 2-Volume Set*. St. Louis: Mosby.: 602 – 3.
3. 修格連氏症候群。2016 年 10 月 20 日，取自
<http://mulicia.pixnet.net/blog/post/21202989-%e4%bf%ae%e6%a0%bc%e9%80%a3%e6%b0%8f%e7%97%87%e5%80%99%e7%be%a4%ef%bc%88sj%3%b6gren's-syndrome%ef%bc%89>
4. Schirmer's test。2016年10月20日，取自
https://en.wikipedia.org/wiki/Schirmer%27s_test
5. 乾燥症照護網。2016 年 10 月 20 日，取自
<http://drymouth.com.tw/02aboutdry04.html>
6. 關節炎-維基百科。2016年10月20日，取自
<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E5%85%B3%E8%8A%82%E7%82%8E>
7. 衛福部彰化醫院衛教資訊，認識雷諾氏現象，2010。
8. 李惠婷(2013)。認識乾燥症。思樂醫之友會刊，85，10-11。
9. 光田綜合醫院藥物簡介：醫令代碼 20537。
10. 許雅珍(1995)。認識必賴克廬。思樂醫之友會刊，17。
11. 亞東醫院用藥指導單：NO. 140
12. 全民健康保險重大傷病範圍行政院衛生署一〇〇年三月二十五日衛署健保字第一〇〇二六六〇〇六七號令訂定修正公告。