

李宇春自曝患强直性脊柱炎，腰部“石化”，听起来相当吓人……

这个“不死癌症”其实是纸老虎



本版图片来自网络

这几天，初代选秀明星的代表人物李宇春，在一档节目里透露自己患有强直性脊柱炎。就算你不看相关的医疗科普，只要对娱乐圈比较关注，这个病一定不陌生。它号称“不死癌症”，听起来相当吓人。

包括李宇春在内，著名歌手周杰伦、演员张嘉译、蔡少芬等娱乐圈人士，都是强直性脊柱炎患者。

万一不幸患上强直性脊柱炎，应该怎么办？专家表示，得了强直性脊柱炎并不是被判了死刑，虽不能根治，但可以缓解疼痛、控制炎症、保护关节，以及避免残疾，做到与强直性脊柱炎和平共处，所谓的“不死癌症”就是纸老虎。

强直性脊柱炎及其危害

名字有“脊柱”
其实不是骨科疾病

强直性脊柱炎虽然名字当中含有“脊柱”二字，其实这个病不是严格意义上的骨科疾病，而是人体免疫系统出现紊乱的结果，属于风湿免疫科疾病。

正常情况下，我们的免疫系统会在病原进入人体后产生抗体，并与抗原结合形成免疫复合物，最终由巨噬细胞将其吞噬并清除。

强直性脊柱炎，就是免疫系统出现误判，将正常人体组织，比如脊椎的椎体和椎间盘当成需要清除的“坏东西”。

这会引起脊柱、骶髂关节等的无菌性炎症。反复的炎症刺激会引起脊柱的强直和韧带的骨化。

发展到后期严重时，可能导致关节的“融合”，脊柱形成“竹节样改变”，导致活动困难和关节畸形。

强直性脊柱炎
可“拖累”多个身体部位

李宇春在采访中提到，自己发病有种“石化了的感觉”“没有办法躺住”。

腰背部的疼痛僵硬感，就是强直性脊柱炎比较典型的症状。特别是在睡醒起床时，因为长时间不活动后更加明显。

同时，强直性脊柱炎可影响到骶关节和骶髂关节，可能让患者行走困难，严重时需借助拐杖或轮椅。

看电视比较仔细的朋友应该会注意到，张嘉译老师的步态一直显得有点腰部紧绷，很多人一度以为是表演风格。现在看来，很可能是受了疾病的影响。

因为免疫系统覆盖全身，强直性脊柱炎影响的不仅仅是脊柱，还可能导致膝、踝等下肢关节肿痛和僵硬，甚至累及眼部和肺部、心脏等。

女性患者初始症状易被忽略 符合以下情况应警惕

目前，免疫系统出现问题的原因尚无明确定论，不过已经证实强直性脊柱炎有比较明显的遗传倾向。据说周杰伦的叔叔，同样是此病的患者。

强直性脊柱炎的早期症状可能比较轻微，发展也比较缓慢。一开始通常表现为髋部或腰背部的疼痛，休息后又会有所缓解。

因为这样的症状特异性不足，患者往往会认为是普通的肌肉劳损，从而无法得到及时治疗。

从疾病的特性出发，符合以下情况群体应该提高警惕：

- ◎有明确家族史的，特别是父母为强直性脊柱炎患者的
- ◎无明显诱因出现腰部、胸部或臀部及下肢关节疼痛的
- ◎症状反复持续3个月及以上的
- ◎起床时疼痛严重并有僵硬的
- ◎伴有视力突然下降，或结膜炎、虹膜炎反复发作的

目前普遍认为，强直性脊柱炎多见于青壮年群体，其中男性相对于女性更容易患病。

不过，有研究指出，因为女性患者的初始症状更不典型，更容易被忽略，比如主要体现为外周关节或眼部和颈部症状，而不是常见的腰背部疼痛。

及时妥善治疗

“不死癌症”对生活影响有限

强直性脊柱炎目前无法有效根治，之所以老被称为“不死癌症”，主要就是形容其治愈难度。

好消息是，只要得到及时妥善的治疗，疼痛僵硬等症状通常可以得到控制，延缓关节畸形和其他并发症，对正常生活的影响有限。

早期关节疼痛，可以服用消炎止痛的药物（如对乙酰氨基酚、艾瑞昔布等）缓解关节炎症，同时联合免疫抑制剂（柳氮磺胺吡啶）来调节免疫系统。

近20年来，以阿达木单抗、司库奇尤单抗为代表的生物制剂，是强直性脊柱炎治疗的重大进展，可以大大改善患者的症状，降低致残率。

如果实在是症状发展得比较久，已经出现关节的严重融合和畸形，影响正常生活，还可以考虑进行关节矫形和置换手术。

大家看周杰伦，作为强直性脊柱炎的老病号，多年来始终活跃在娱乐圈，时不时还能打个篮球，说明病情控制得还是可以的。

当然，针对打篮球这样的运动，专家也指出，在病情稳定期进行适当运动，比如针对胸背部肌肉的强化，有助于预防和缓解症状。

不过，疾病发作期的患者应该充分休息，减少负重，避免运动。特别是强直已比较严重的患者，需要避免活动强度太大，以防引起外伤。

比如李宇春就提到，自己因为排练时强度较大，导致病情出现了反复。

来源：武汉晚报