

# 紅斑性狼瘡護理指導

## ■ 疾病簡介

紅斑性狼瘡是一種慢性自體免疫引起的風濕疾病，身體器官因免疫系統失調，造成慢性的發炎。

## ■ 常見症狀

- 皮膚：掉髮、雷諾現象（遇冷環境或情緒緊張時，血管收縮，造成循環血流下降，四肢蒼白、冰冷，甚至有些會發紺或潮紅）、光敏感。
- 血液：貧血、白血球降低、血小板減少。
- 肌肉關節：關節炎、關節痛、缺血性骨壞死。
- 狼瘡腎炎：出現蛋白尿、血尿。嚴重時因大量蛋白尿流失，造成腎病症候群（血中白蛋白偏低、水腫、高血壓等）。
- 心臟血管：狼瘡的血管病變，有小血管炎、心包膜積水、及冠狀動脈病變。
- 肺臟：出現咳嗽、胸悶、喘、肺纖維化、肺高壓、肋膜炎、肺出血、肺積水等。
- 神經系統：狼瘡侵犯腦部，發作時引起全身抽搐、精神異常、顱內出血、頭痛、昏迷、顱神經麻痺等症狀。
- 眼睛：眼瞼周圍水腫、視力模糊、紅眼症等。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

## ■ 居家照護

### ■ 皮膚方面：

1. 保持皮膚清潔乾燥。
2. 避免陽光直接照射，平時出外需作好防曬。
3. 洗澡水不可過熱，避免使用肥皂。
4. 避免手指及腳趾暴露於寒冷環境，應適當予以保暖。
5. 每天檢查皮膚，以便發現新的異常的皮膚病變。
6. 不可任意使用藥物塗擦皮膚。
7. 注意皮膚是否有紫斑、瘀斑，平時應避免碰撞或跌傷。

### ■ 關節方面：維持適度運動及休息，以減少關節不適情形。

### ■ 飲食方面：

1. 未出現腎功能受損，可攝取均衡營養且清淡的飲食，每日攝取適當水份。
2. 如果出現腎功能受損，應避免攝取過量的蛋白質、鹽分及含鉀食物，並少喝茶及咖啡。

### ■ 生活方面：

1. 每天注意尿量、體重的變化，當有尿量減少，體重增加，要限制水份和鹽分的攝取，並將詳情告訴醫生。
2. 每天測量血壓，並注意高血壓的症狀。
3. 避免情緒緊張，女性在病情未穩定前，應避免懷孕。
4. 定期抽血追蹤病情。
5. 藥物應按醫囑服用，並注意藥物副作用，如白血球過低，以致抵抗力降低、禿髮、不孕症及出血性膀胱炎。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

## ■ 緊急返院提醒

出現發燒關節疼若痛、胸痛、呼吸困難、血壓升高、心律不整、肢體水腫冰冷應迅速就醫。

## ■ 複習一下

問題1： 需每天注意尿量、體重的變化，當有尿量減少，體重增加，要限制水份和鹽分攝取，並告訴醫生。

問題2： 因服藥後易出現血小板減少情形，故須注意皮膚是否有紫斑、瘀斑，平時也應避免碰撞或跌傷。

問題3： 應適當予以末梢皮膚保暖，避免手指及腳趾暴露於寒冷環境。

### 正確答案

問題1： 問題2： 問題3：



### 參考資料：

中華民國思樂醫之友協會（2022）· 取自 <http://www.sle.org.tw/front/bin/ptlist.phtml?Category=100701>  
劉雪娥等（2020）· 成人內外科護理學· 臺北市：華杏。

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 1881

制訂單位/日期：28病房/111.11.10

PFS-8100-061

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮