

手指大骨节病常见治疗方法

付开军 (四川省旺苍县水磨乡卫生院, 四川旺苍 628200)

大骨节病是一种地方性、变形性骨关节病。这种疾病在国内外均有发生, 国外以朝鲜、西伯利亚为主, 国内分布范围较广, 主要分布于东北地区辽、吉、黑三地, 西南山区也有分布, 这主要是由于我国劳动力太多所致。这种疾病不受性别差异的影响, 男女均有, 成年人较少, 儿童较多。

1 手指大骨节病的病因

关于手指大骨节病的病因, 医学界众说纷纭, 有的认为是因长期劳作、受冻引起的, 有的认为是掰手指等不良习惯造成的, 也有人说是真菌感染导致的。手指大骨节病病因至今不明, 但主要有三种学说。生物地球化学说认为手指大骨节病由一种或几种元素过多、不足或不平衡所引起。早期曾认为与水土钙少及镉多、钼多有关, 后来发现可能因水土和主副食中含磷、锰过多而致病。目前, 多认为低硒只是发病的一种条件因素。真菌毒素说认为, 病区谷物被某种镰刀菌污染并形成耐热的毒性物质, 居民因食用含此种毒素的食物而得病。有机物中毒说认为, 手指大骨节病系由于病区饮水被腐殖质污染所致。近年来, 有些学者认为低硒、真菌毒素和饮水中有机物三者在水手指大骨节病发生上可能有其内在联系, 即粮食受真菌污染和饮水受有机物污染的共同结果。

手指大骨节病好发于山区或半山区, 可出现小关节粗大、疼痛、肿胀, 后期可出现“天鹅颈”手指畸形, 类风湿因子升高。这类患者一般身材矮小, 同时伴有短跟骨、短掌骨。手指大骨节病病因虽至今不明, 但症状是一清二楚, 其治疗方法也是多种多样。鉴于手指大骨节病的病因不明, 所以一般采用非药物治疗。

2 手指大骨节病的临床表现

2.1 少年时期发病

由于骨骺板提前骨化, 使发育出现障碍, 表现为侏儒型。体型矮小, 关节粗大, 并有疼痛与活动受限, 以踝关节发病最早, 接着顺序为手指关节、膝、肘、腕、足趾关节和髌部。因骺板融合速度不一致, 两下肢往往出现膝内翻, 膝外翻或髌内翻畸形。手指短粗小, 足部扁平。发病年龄愈轻, 畸形愈重。

2.2 青春后期发病

青春后期发病则畸形不明显, 主要表现为骨关节炎症状, 关节肿胀, 有少量积液, 活动时摩擦感, 并伴有交锁症状, 有时还可检查到关节内有游离体。成人下肢发病多, 因踝、膝肿胀疼痛, 行走十分不便。

3 手指大骨节病常见治疗方法

3.1 改善水质

手指大骨节病发病率高的地区, 自然环境污染也普遍较

重, 水质状况较差, 应加强饮用水保护, 防治水污染, 进行过滤处理, 集中滤水, 统一供水, 有条件的地区可以引入泉水。如东北某些地区, 可以根据人文环境开挖深井。水质污染严重的地区, 可改善家用水。家用水的净化: 过滤—沉淀(明矾)—活性炭除异味—消毒(氯气, 漂白粉)。在自来水管传递过程中可能出现二次污染, 所以饮用时要煮沸杀菌, 并使用干净的杯子。对于一些发达城市, 工业建设是免不了的。所以要加大城市污水和工业废水的治理力度, 加快城市污水处理厂的建设, 这对改善城市水环境有着十分重要的意义。随着城市人口的增加和居民生活水平的提高, 废水排放量也在不断增加, 但城市污水处理厂却没有相应增加, 这必然导致水环境质量的下降, 因此必须建设污水净化厂, 改善水质。

3.2 补硒

手指大骨节病的病因之一就是植物被污染的水资源腐化, 导致植物低硒。所以要加强植物培养, 施加氮、磷、硒肥。另外, 日常饮食中还要多食含硒食物。含硒多的第一类食物是动物的内脏, 如猪肝、鸡肝、羊肝、牛肝, 在动物的内脏当中往往含有丰富的硒。含硒多的第二类食物是海产品, 如牡蛎、扇贝、鲍鱼, 也能够为机体提供丰富的硒元素。含硒多的第三类的食物是动物的瘦肉, 如瘦猪肉、瘦牛肉、瘦羊肉, 这些瘦的肌肉当中, 含有很多的硒元素。含硒多的第四类食物是谷物当中的粗粮, 如大麦、燕麦、荞麦、高粱。

3.3 针灸、药物、手术

手指大骨节病可采用药物治疗。对于儿童患者, 应及时补充微量元素硒, 发病早期服用维生素 A, 组织大骨节病发展, 治疗效果显著。为缓解手指大骨节疼痛并减轻炎症反应, 患者可口服消炎镇痛药物, 如塞来昔布、美洛昔康、双氯芬酸钠、吲哚美辛等, 作用显著且副作用较少。患者还可口服草木灰过滤液以缓解疼痛症状。除药物治疗外, 还可采用针灸止痛。若病情严重, 需手术矫正骨节变形。

3.4 多锻炼

根据一般的临床病情分析, 多锻炼也会有效果, 冬天注意关节部位的保暖, 尤其是东北这种发病频率高的地区。另外不要过度劳作, 东北耕地较多, 所以农民也多, 经常劳作手指会变形, 左右不对称, 还会引起一些并发症, 如类风湿性关节炎。工作、家务、劳动或锻炼都应以无疲劳感为度。

4 结束语

手指大骨节病在内地发病率较高, 一般情况下无需手术, 常见治疗方法也是非药物治疗, 注意饮食、水质, 不要过度劳作, 适当休息, 注意保暖。这种病在生活中应注意补充维生素 A、钙。如果病情严重, 需及时到医院就医。