

《2018 中国类风湿关节炎诊疗指南》发布

中医药为类风湿关节炎治疗带来新希望

WHO

曾指出：“当前，对致死
的疾病给予了很大努力，但忽视了
致残的疾病，而后者对社会和经济上的
负担很可能大于前者。”关节炎是世界头
号致残性疾病，WHO 将 10 月 12 日设立为世
界关节炎日，其目的是提醒人们，对关节
炎要早预防、早诊断、早治疗，防止致残。
类风湿关节炎（RA）是其中最常见
的类型之一，它是一种全身性自身免疫
性疾病，晨僵、关节肿痛、皮下结节、
后期关节活动障碍为主要临床表现，
严重影响患者的生活质量。



鸡血藤



牛膝



红杜仲

风寒湿三气合而为痹

类风湿关节炎属中医
“痹证”范畴，又称“尪
痹”“历节”等，《素问·痹
论》云：“风寒湿三气杂至，
合而为痹也。其风气盛者
为行痹，寒气盛者为痛痹，
湿气盛者为着痹。”先天
禀赋不足，正气亏虚是发

病的内因，风寒湿等外邪
侵袭人体是外因，其病机
复杂，病位较深，常为寒
湿、贼风、痰浊、瘀血杂
而为病，缠绵难愈。

2018 年《类风湿关
节炎病症结合诊疗指南》
将类风湿关节炎分为 8 个

证型。风湿痹阻证宜祛
风除湿，通络止痛；寒
湿痹阻证宜温经散寒，
祛湿通络；湿热痹阻证
宜清热除湿，活血通络；
痰瘀痹阻证宜化痰通络，
活血行瘀；瘀血阻络证
宜活血化瘀，通络止痛；

气血两虚证宜益气养血，
通经活络；肝肾不足证
宜补益肝肾，蠲痹通络；
气阴两虚证宜益气养阴，
通络止痛。

此外，还可选择中成
药、中药外敷法、中药熏
蒸或泡洗、针灸等。



牛尾菜

随病程延长 致残率升高

流行病学调查显
示，RA 的全球发病率为
0.5%~1%，中国大陆地区发
病率为 0.42%，总患病人
群约 500 万，男女患病比
率约为 1：4。我国 RA 患
者在病程 1~5 年、5~10 年、
10~15 年及 ≥ 15 年的致残

率分别为 18.6%、43.5%、
48.1% 及 61.3%，随着病程
的延长，残疾及功能受限
发生率升高。RA 不仅造
成患者身体机能、生活质
量和社会参与度下降，也
给患者家庭和社会带来巨
大的经济负担。

中医药纳入 RA 治疗药物

《2018 中国类风
湿关节炎诊疗指南》指出，
我国仍有 60% 的医院未设
置独立的风湿病专科，RA
患者中首次就诊选择风湿
科的仅为 23%。RA 的早
期诊断对治疗和预后影响
重大，临床医师需结合患
者的临床表现、实验室和
影像学检查做出诊断（1A）。
RA 的治疗原则为早期、
规范治疗，定期监测与随
访（1A）。RA 的治疗目
标是达到疾病缓解或降低
疾病活动度，即达标治疗，
最终目的为控制病情、减
少致残率，改善患者的生
活质量（1B）。对 RA 治
疗未达标者，建议每 1~3
个月对其疾病活动度监测
1 次（2B）；对初始治疗
和中 / 高疾病活动者，监
测频率为每月 1 次（2B）。
RA 患者一经确诊，应尽

早开始传统合成抗风湿药
物治疗，推荐首选甲氨蝶
呤单用（1A）。建议 RA
患者注意生活方式的调整，
包括禁烟、控制体重、合
理饮食和适当运动（2C）。
此外，指南特别指出植
物药在 RA 治疗中的使用，
一方面为 RA 治疗带来新
的可能性，另一方面，尚
需开展高质量临床试验来
进一步研究其有效性和安
全性。

《临床诊疗指南·风
湿病分册》指出，RA 的
治疗包括药物治疗、外科
治疗和心理康复治疗等。
当前国内外应用的药物均
不能完全控制关节破坏，
而只能缓解疼痛、延缓疾
病的发展。治疗类风湿性
关节的常用药物分为四大
类，植物药是其中之一，
并明确各种植物药的具体
使用方法。

中华跌打丸由 32 味中
药组成。假苏、鹅不食草、
独活等从体表宣散筋骨关
节的风湿邪气，宣通肺与
三焦的气机；乌药、香附、
樟脑行气理气，温散寒气；
刘寄奴、鸡血藤活血行血；

牛尾菜通利关节；牛膝、
红杜仲壮腰膝，强筋骨等。
全方搭配全面周到，祛风
除湿、消肿止痛、舒筋活
络、活血祛瘀、补益肝肾、
强筋壮骨，与类风湿关
节炎治疗原则一致。

中华跌打丸疗效被证实

基础研究证实，中
华跌打丸具有抗炎镇痛、
活血祛瘀及增强免疫功
能的作用。临床研究中，
有学者应用中华跌打丸
（口服）治疗风湿寒性
关节痛 120 例，治疗 3

个疗程后，总有效率达
95.8%。该学者指出，中
华跌打丸消肿止痛、舒
筋活络、祛风活血，不
仅适用于跌打损伤，还
可用于治疗风湿痹痛，
值得临床推广应用。

内服外用相配合 应对类风湿关节炎

中华跌打系列有三
种剂型，分别是小蜜丸、大
蜜丸和酒。中华跌打丸口
服有消肿止痛、活血祛瘀、
舒筋活络的功效，还能补
益肝肾、祛风除湿、延缓
关节老化。中华跌打酒则
有扩张皮肤血管、加快血

液循环、促进吸收、抑制
局部免疫反应的作用，可
用于类风湿关节炎的熏
洗，使药效直达病所。

中药熏洗作为中医外
治法的重要组成部分，具
有安全有效、应用方便等
优点。熏洗方法：将 40 ml

中华跌打酒倒入 2 L 热水
中，先将患处置于药水上
方进行熏蒸，待水温冷却
至 39 ~ 42℃ 进行患处浸
泡，每日 1 次，每次浸泡
30 min，10 天为 1 个疗程。

类风湿关节炎发病机
制尚不明确，很难被根

治，患者需长期治疗。中
华跌打系列消肿止痛、活
血祛瘀、舒筋活络等功效
与类风湿关节炎治疗原
则一致，内服配合熏洗，
标本兼治，对改善症状，
治疗疾病都有不错的疗
效，值得临床推广应用。

慢病管理有益于健康结局

慢病管理是指组织慢性
病专业医生、护士、药师、
康复科医师、精神科医师、
营养师等作为一个医疗团队，
为慢性病患者提供全面、连
续、主动的管理，从而达到
促进健康、延缓疾病进程和
降低伤残率、降低医疗费用
的一种科学管理模式。发达
国家的 RA 慢病管理经验显
示，护理专家主导的慢病
管理模式在 RA 并发症的监
控和管理、指导患者进行
病情自我评估方面都具有
优势。

我国《类风湿关
节炎慢病管理专家共
识》（2014 年版）推
荐了 12 条建议。如早期
治疗，个体化、全面的疾
病管理；多学科合作；提
高患者自我管理能力和学

疼痛、疲劳、疾病活动度
及躯体功能的评估方法；
知晓不良事件发生时的正
确应对方法；戒烟、避免
过量酒精等；重视患者的
康复锻炼，与患者共同制
定锻炼计划等。

类风湿关节炎患者生
活中还要注重预防调摄。
对于功能锻炼，急性期以
休息为主，稳定期逐渐加
强肢体功能锻炼。心理上
要指导和帮助患者正确对
待疾病。生活中应注意避
风寒湿，夏季暑热，不要
贪凉受露，暴饮冷饮；秋
季天气转凉，要防止受风
寒侵袭；冬季注意保暖最
重要。居住地应干燥、温
暖、向阳，同时注意保暖，
多晒太阳，预防感冒。

中华牌

中华老字号
China Time-honored Brand

✓ 挫伤筋骨

✓ 新旧瘀患

✓ 风湿疼痛

【产品组成】中华跌打酒：中华跌打丸
【产地】广西梧州
【规格】跌打酒：250ml/瓶；跌打丸：100g/盒
【生产厂家】广西梧州中华跌打酒有限公司
【地址】广西梧州长洲区南江街道南江社区南江大道 100 号
【电话】0774-3811111

广西梧州中华跌打酒有限公司
GUANGXI WUZHONG TRADITIONAL CHINESE MEDICINE CO., LTD.