

1. 什麼是乾燥症

乾燥症又名「修格蘭氏症」，是一種慢性的自體免疫疾病，主要是破壞人體的外分泌腺，如：淚腺、唾液腺，而引起眼乾及口乾等症狀。分為原發性與次發性二種，次發性乾燥症是由其他自體免疫疾病，如：類風濕性關節炎、紅斑性狼瘡、硬皮症所引起之合併症。原發性則是指單獨而沒有合併其他免疫性疾病，好發於30~50歲的中年婦女。

2. 常見症狀及照護：

- A. 眼睛：淚液分泌不足，會有乾澀、異物感、發紅灼熱發癢、模糊畏光、慢性結膜炎或角膜潰瘍等。**適度休息及使用人工淚液。**
- B. 口腔：口水分泌減少，會口乾舌燥、發紅發炎、潰瘍、吞嚥困難、味覺改變、蛀牙增加、口腔黴菌感染等。**以少量多次的水分含於口中，可用刺激唾液分泌的食品，如：無糖檸檬水、無糖口香糖、酸梅或維他命C嚼片等，或使用人工唾液。吃東西後一定要勤刷牙，以確保口腔衛生及減少蛀牙。**
- C. 皮膚：常見有皮膚乾、癢及紅疹情形。**洗澡時儘量以水溫適中(不宜過熱)之清水沖洗即可，減少肥皂或沐浴乳之使用(或僅用於身體皺摺部位)可避免皮膚已經不足的保濕油脂被洗去而加重乾燥症狀，可使用溫和性乳液、凡士林、嬰兒油擦拭，搔癢時可給予局部冷敷處理。**
- D. 呼吸道：黏液的腺體破壞而導致鼻腔及咽喉乾燥、慢性咳嗽、聲音沙啞、氣管及支氣管炎甚至肺炎或肺部纖維化。**務必戒煙，可使用棉質口罩使吸入之空氣溫暖濕潤。**
- E. 消化道：胃酸分泌不足而導致消化不良，少數病人會合併肝臟、膽道硬化的問題。
- F. 生殖道：腺體分泌減少易陰道乾燥、性交疼痛。**使用水溶性潤滑劑。**
- G. 其他器官：較少見但也有可能侵犯到其他的器官，如間質性腎炎、腎小管性酸中毒、血管發炎、心包膜炎、神經病變、關節肌肉疼痛、淋巴球增生及淋巴瘤等。

3. 常見的檢查方法：

須排除其他導致乾燥症狀的原因，如：糖尿病、退化、藥物引起(如：利尿劑、抗精神病藥、抗組織胺藥、抗憂鬱劑及鎮靜劑等)、外傷、放射線治療後及感染(C型肝炎或HIV)等情形後，再給予安排合適的檢查。

- 淚腺分泌測試(Schirmer's test)：在眼睛的外側三分之一處放上小試紙，若五分鐘後淚液沾溼少於五公釐，表示淚液分泌減少。
- 核子醫學唾液腺掃描：檢查唾液腺的功能。
- 自體免疫抗體(Anti-SSa(Ro) or Anti-SSb(La)抗體)：50~90%乾燥症的病人可從血液中檢出。
- 唾液腺切片：**對於自體抗體為陰性的病人，則必須經由唾液腺的病理切片來確定乾燥症的診斷，這些檢查對乾燥症的診斷確立及相關藥物之使用和申請是相當重要的。**

4. 治療：

- 口服唾液刺激分泌劑思樂津(salagen)、愛我津(evoxac)：副作用少，少數病人會有大量流汗、心悸、過敏、潮紅(flushing)、噁心之症狀。**但嚴重氣喘、肝功能損傷或隅角閉鎖性青光眼則不宜使用。**
- 常用藥物為必賴克康(每天1-2顆，少數患者會膚色加深。而視力問題為極少之副作用，如發現應立即停藥返診)。另依病情，亦可能使用類固醇或其他免疫抑制劑治療嚴重之併發症。

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。