

8/18/2014

正確認識類固醇

何紫筠

0

常常聽見

- 聽說風濕科給的藥都有類固醇,對身體很不好,你給我的藥千萬不要有類固醇喔!
- 類固醇聽說會傷肝傷腎,我不吃,死也不吃.....



危 險

類固醇是甚麼？

- 是人體中本來就有的荷爾蒙
- 在寒冷,疼痛,感染,運動,憂鬱,饑餓時都會增加分泌
- 於壓力下提供能量: 抑制多數器官之攝取葡萄糖,增加肝臟之糖質產生,產生胰島素抗性
- 抑制脂肪分解、發炎及免疫反應
- 影響情緒
- 所以，在我們的身體內，隨時都具有一定數量的類固醇，因此類固醇當然不會是一種毒藥。



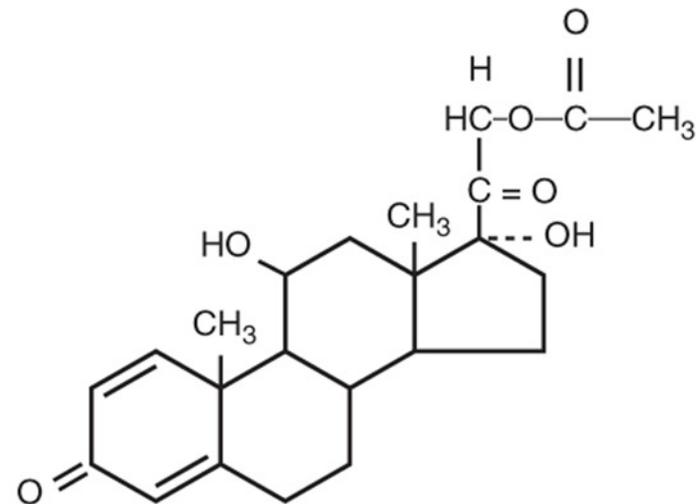
類固醇的歷史

- 類固醇於1948年開始使用在類風濕性關節炎
- 開啟這醫學新頁的三位美國學者Hench, Kendall及Reichstein還因此得了諾貝爾獎
- 在治療氣喘、過敏性鼻炎、異位性皮膚炎等過敏性疾病方面，類固醇也是全世界都一律在使用的良藥。

人工合成類固醇

- 最早被使用的是可體松(cortisone)

這幾十年來，經由生化學家不斷的研究發展，各種效果更強的類固醇藥物，也一一被製造出來



類固醇的製劑種類

- 含有類固醇的製劑種類繁多，
- 大致可歸納為
 - 口服型、注射型、吸入型及外用型。

類型	劑型	治療功效	副作用
系統性類固醇	口服藥物、靜脈注射、肌肉注射	類風濕關節炎、紅斑狼瘡、器官移植後抗排斥等。	藥物會進入血液循環，若長期持續使用，副作用較高。如臉圓、背厚、骨質疏鬆、易受細菌感染等。
局部性類固醇	噴劑、吸劑、藥膏、眼藥水等	鼻敏感、哮喘、皮膚敏感、眼敏感及發炎等。	藥物大部分只停留在身體局部，副作用較輕微，除非長期誤用才有明顯副作用。

資料提供：香港醫院藥劑師學會副總監陳頌琳

系統性 (systemic steroid)

- 口服型、注射型
- 高劑量短期療法：如大軍壓境，速戰速決，避免因藥量不足，使病情纏綿不去，遷延日久，可用於免疫疾病之急性發作。
- 脈衝式療法：有些免疫疾病來勢兇猛，直接侵犯身體重要器官，甚至危及生命，必須以高劑量來治療，通常注射三至五劑超高劑量類固醇

類固醇



類固醇與運動

- 同化類固醇 (Anabolic steroid)
 - 睪丸激素 (testosterone)
 - 促進氨基酸中蛋白質生長
 - 促進肌肉變大
 - 促進食慾
 - 促進骨骼的生長
 - 刺激骨髓，
 - 促進紅血球的產生



類固醇可治療疾病

- 強的松 (prednisolone)

類風濕與類固醇

- 七，八十年代
- 九十年代
- 近年.....



類風濕與類固醇

- 在類風濕性關節炎的治療中，已經有愈來愈多的證據顯示：使用低劑量類固醇（每天10毫克以下；相當於每天2顆以下），除可控制關節發炎、疼痛與腫脹，更可減緩骨骼糜爛；使用低劑量類固醇的病人比不使用者，骨骼較不易受破壞

類風濕與類固醇 2

- 可減少使用消炎止痛的藥物
- 發病四年內的病人, 使用此藥, 均有療效
- 使用類固醇的同時, 會合併使用具免疫調節或抑制功能之緩解性藥物 (如MTX、黃胺、生物制劑....)

其他風濕病與類固醇

- 沒有一種風濕病不能用類固醇
- 除了硬皮症

風濕病與類固醇

- 系統性紅斑狼瘡 (SLE)
- 多肌炎 (polymyositis)
- 皮肌炎 (dermatomyositis)
- 血管炎 (systemic vasculitis)
- 混合結締組織 (mixed connective tissue disease)

病人的疑惑



dreamstime.com



為什麼我的疾病需要用到類固醇？

- 所謂的免疫系統疾病，表示身體內的免疫系統失去控制了，而產生自己攻打自己的現象。

Why me?

我會不會一輩子都要吃類固醇？

一生一世一起走
*Lifetime
Walk together*

類固醇替代

- 硫唑嘌呤 Azathioprine
- 來氟米特 Leflunomide
- 霉酚酸酯 MMF
- 甲氨喋呤 MTX
- 生物制劑 Biologics

類固醇會傷身體嗎？

- 類固醇的代謝是經由腎臟排出，但不會堆積在腎臟內，也不會累積在體內。長期使用的病人，可能會造成腎上腺的功能暫時受到抑制，所以不可以隨意停止服用藥物。
- 副作用.....



副作用

- 水腫
- 變胖，又會有月亮臉、水牛肩的現象
- 傷胃: 胃或十二指腸潰瘍
- 血壓上升
- 糖尿病
- 感染
- 骨質疏鬆症
- 缺血性骨壞死
- 白內心深處障
- 青光眼



總結

- 使用類固醇時，如果能在避免副作用發生的前提下，以最短的時間，使用適當的劑量來發揮其最大的療效，讓病人的疾病獲得控制，同時經適當減藥或停藥後，疾病又不會復發或反彈，是類固醇使用的最高境界。
- 正確的使用類固醇，是醫生的基本責任，而教導社會大眾對類固醇有正確的認識—不迷信與過度依賴它的療效，但也不會過度排斥
- 勿輕信偏方及身邊朋友的建議