



謝格連氏症

一、什麼是謝格連氏症

謝格連氏症是一種慢性自體免疫的疾病。它會引起淚腺、唾液腺等分泌腺體的萎縮和破壞，使分泌液大量減少；此症經常與類風濕性關節炎、血管炎、紅斑性狼瘡等疾病一起發生，此時稱為次發性謝格連氏症。

二、謝格連氏症會引起哪些不適

- (一) 眼睛：有異物感、灼熱感、怕光、發癢、結膜充血、感覺乾澀。
- (二) 口腔：唾液減少、口乾、吞嚥困難、唾液腺腫大，有時出現口腔潰瘍，蛀牙、舌頭黴菌感染。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經免疫風濕科醫師檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

(三) 呼吸道：鼻腔、喉嚨乾燥、聲音嘶啞、慢性咳嗽。

(四) 消化道：胃液、胰液分泌減少，造成消化不良。

(五) 其他：如皮膚乾燥、陰道乾燥。

三、如何治療謝格連氏症

(一) 免疫調節藥物，如奎寧 (Plaquenil, GBL-Geniquin)。

(二) 症狀治療，例如眼乾、口乾、皮膚乾燥等症狀之治療。

(三) 如果合併其他疾病，則相關疾病也要一起治療。

四、如何減輕不適的症狀

(一) 眼睛乾澀可依醫師指示使用人工淚液減輕不適，睡前可點眼藥膏，以防早晨眼睛因乾燥而無法睜開，甚至拉傷眼角膜，避免長時間看電視看書。

(二) 避免強光、異物刺激眼睛，外出時可戴墨鏡，以抵禦強光、風沙對眼睛的刺激。

(三) 洗澡應用中性或油脂性肥皂，浴畢三分鐘內可

用乳液或乳霜塗抹皮膚，以減輕皮膚的乾燥。

(四) 口腔乾燥可利用下列方法來減輕：

1. 多喝開水，不習慣喝開水的病人可在開水中加一兩片檸檬來改善口感。
2. 經常以食鹽水漱口。
3. 喝含果膠的飲料，例如：果凍、藕粉。
4. 嚼無糖口香糖。
5. 進食後需刷牙。
6. 可依醫師指示使用口服藥物增加唾液分泌。

(五) 如果您處於乾燥環境中，如冷氣房，可在房間內放一盆清潔的水且每日更換，以維持空氣的潮濕，減輕呼吸道黏膜的乾燥。

(六) 陰道乾燥時可諮詢專業人員選用適合的水溶性潤滑劑，以保護粘膜。

謝格連氏症著重於症狀的緩解治療，以上所提的六個方法在日常生活中是很容易做到的，如果以上所提的方法，您能做到的話，對於改善您不適的症狀將會有很大的幫助。