



缺氧 突發缺血 變色的指頭 拆解雷諾氏現象

夏天到了，不少地方會將冷氣的溫度調低，以應付炎熱的室外天氣。有些人在氣溫較低的地方待久了，四肢末端部分有機會開始變色，輕則出現瘀青、重則有可能會變得非常蒼白，這種情況就是雷諾氏現象。

今期風濕病科專科醫生會為大家講解何為雷諾氏現象，雷諾氏現象與免疫系統疾病的關連，以及處理的方法。

撰文：梁仲泰 設計：林彥博

養和醫院風濕病科專科醫生
張錚醫生

注意保暖 減輕病情

由於繼發性雷諾氏現象很多時都是免疫系統疾病的病徵，而這些免疫系統疾病大多無法根治，因此繼發性雷諾氏現象亦無法完全根治，只能控制病情令其不常發作或惡化。

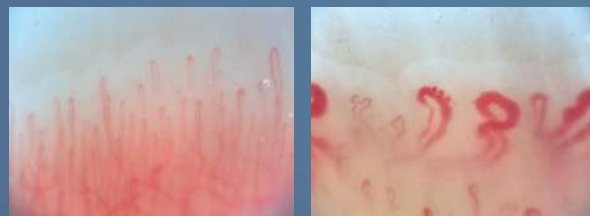
張醫生說：「醫生一般會為繼發性雷諾氏現象的患者處方一些擴張血管的藥物，血管擴張後可以令到血管中的血液供應增多，以舒緩患者的雷諾氏現象。」

另外，亦可以考慮將藥物從靜脈注射到體內，或進行手術切斷控制血管收縮的交感神經。惟前者的維持時間並不長久，可能只有一至三個月的效果；後者則是病人的交感神經在手術後仍有可能會重生。因此持續服用擴張血管藥物，理論上是最有效控制病情的方法。

張錚醫生補充：「不論原發性或是繼發性的雷諾氏現象，都應該做好保暖，盡量令手指不會因低溫而出現雷諾氏現象。當手指開始變色，開始出現藍紫色的瘀青時，可以用暖水洗手、用暖手包、『電子暖蛋』等方法，提高患者雙手包括手指的溫度，令其變得溫暖，盡量避免因為低溫而令雷諾氏現象發作。」



雷諾氏現象的患者最重要是避免手指因溫度變低而出現雷諾氏現象。



▲健康的微絲血管（左圖）呈髮夾狀，略為幼少；而患上繼發性雷諾氏現象病人的微絲血管（右圖）則會顯得較厚較圓。

◀醫生會用微絲血管鏡觀察患者的微絲血管，從而判斷是否患上繼發性雷諾氏現象。

如何評估雷諾氏現象

醫生可以透過微絲血管鏡去觀察患者手指甲上的微絲血管，從而判斷是否患上了繼發性雷諾氏現象。

張錚醫生說：「通常會透過微絲血管鏡觀察甲牀上的微絲血管，如果這些微絲血管出現異狀，就可以判斷這名患者患上了繼發性雷諾氏現象。」

對一名健康人士而言，其微絲血管應該是呈髮夾狀，略為幼小的狀態，而患上了繼發性雷諾氏現象的人的微絲血管則因為血管內壁增生而變厚，於是在微絲血管鏡下就會顯得比正常人的血管較厚較圓。

張醫生補充：「醫生亦可以在微絲血管的密度方面判斷。在微絲血管鏡下，健康人士理論上可以在每毫米中量度出七條微絲血管，所以當進行微絲血管的掃描時，若果發現掃描結果是少於七條微絲血管，就可以判斷為患有繼發性雷諾氏現象。」

由於原發性雷諾氏現象與免疫系統疾病無關，亦不會改變其微絲血管結構，因此如果患者在驗血後沒有發現有免疫系統病的問題、微絲血管鏡亦看不到有異常，卻會在冷氣等溫度較低的情況下出現手指頭變色，就可以判斷該患者患上了原發性雷諾氏現象。

原發性VS繼發性

張醫生說：「原發性雷諾氏現象純粹是因為部分人士的身體對於溫度的變化特別敏感，容易因遇冷而令體內血管出現較大的收縮反應，並非因為其他的疾病而導致。」

而繼發性雷諾氏現象則是涉及到免疫系統疾病。此類患者的體內血管除了對溫度降低有較大收縮反應外，本身血管內壁的肌肉細胞亦會出現增生，因此令到血管內壁變厚，令到血管內的流量變少。當此類患者出現雷諾氏現象時，因血管內壁已變厚及內壁功能失調，血管收縮後較難再擴張，血流量因而受到更大及持久的影響。



張醫生補充：「繼發性雷諾氏現象是部分免疫系統疾病相對典型症狀之一。其中一個例子就是硬皮症，百分之九十五的硬皮症患者都會出現雷諾氏現象，而且繼發性雷諾氏現象亦是硬皮症第一個會出現的病徵。」

◀繼發性雷諾氏現象是某些免疫系統疾病的病徵，例如紅斑狼瘡症。

原發性與繼發性的簡單比較：

	原發性雷諾氏現象	繼發性雷諾氏現象
成因	與免疫系統疾病無關	患者可能因本身患免疫系統疾病而引致
病情	症狀輕微	症狀可由輕微至嚴重不等
治療方法	毋須治療	按照病情而接受相應治療，以舒緩病情

指頭隨溫度降低而變色

雷諾氏現象（Raynaud phenomenon）可以分為原發性及繼發性，兩者的分別在於繼發性雷諾氏現象主要因為患者患有免疫系統疾病而引致；相反原發性雷諾氏現象可以在任何健康的人身上出現，而年輕的女性尤為常見。

養和醫院風濕病科專科醫生張錚醫生說：「當人身處一個溫度較低的地方時，因為感覺到溫度的降低，體內的血管開始收縮，從而減少身體熱量流失；而同時因血流量減低，會令手指及腳趾頭開始出現變色的情況，這就是『雷諾氏現象』。」

手指頭的變色大致可以分為數個階段：輕微的雷諾氏現象，手指頭會變得蒼白、顯得毫無血色；嚴重一點手指會呈瘀藍色；到最後手指會變成鮮紅色。這就是雷諾氏現象不同階段變色的情況。

張醫生解釋：「三個變色的階段是循序漸進。最初手指頭的血管收窄，血液供應不足，手指就會變得蒼白；若情況持續，血液含氧量會開始下降，令手指頭變成偏藍色的瘀青；最後當環境溫度回升，患者手指的血管就會再次擴張，血液重新流動至手指頭，因此就會變成鮮紅色。」



◀雷諾氏現象的患者在溫度較低的地方時，手指頭會明顯變色。