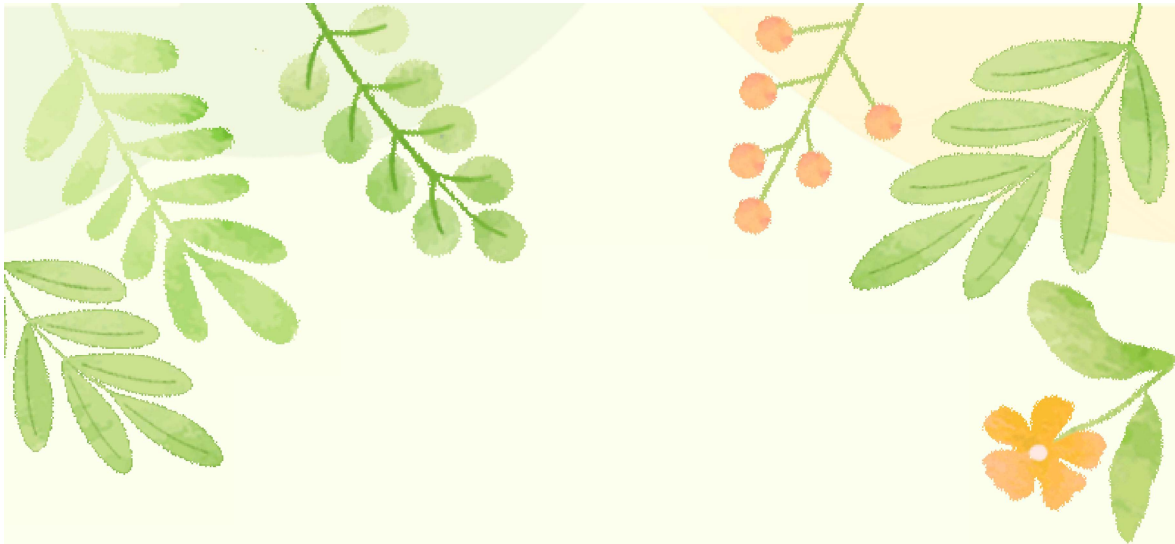


这里有一份抗“狼”故事，邀请有需要的您参加

台州市立医院 2025年04月30日 16:34 浙江



“医生，我到底是怎么了？”2022年春天，25岁的小夏（化名）蜷缩在诊室椅子上，声音颤抖，而接诊她的是**风湿免疫科副主任医师蒋琼**。当时的小夏面部红斑持续不退，关节肿痛到无法握笔，化验结果显示尿蛋白3+，提示肾脏受累，被确诊为**系统性红斑狼疮**。

突如其来的疾病让小夏陷入绝望，蒋医生安慰着小夏，并慢慢解释：**系统性红斑狼疮是一种自身免疫性疾病，起病原因包括环境、遗传、内分泌、感染以及药物等因素，好发于育龄期女性，尤其是20~40岁的女性……**

在蒋医生的宣教下，小夏慢慢接受了这个结果，最后蒋医生告诉小夏：“红斑狼疮不是绝症，像高血压一样需要长期管理。你的肾脏病变发现得早，积极配合一定能控制！”这句话成了小夏治病的“定心丸”。



于是，小夏积极配合治疗，蒋医生为她量身定制了治疗方案：

第一步：快速控制病情

短期内使用糖皮质激素+联合免疫抑制剂。
2周后小夏的面部红斑明显消退。

第二步：减药避免反复

每1-3个月根据复查结果逐步减激素，同步加用生物制剂。
慢慢地，小夏的尿蛋白化验结果从3+降至微量。



除此之外，小夏的手机备忘录里记满了医嘱，并严格做好自我管理。

防晒铁律：阴天也戴宽檐帽，通勤改用防紫外线遮阳伞，办公室座位远离窗户。

饮食清单：戒掉火锅和腌制食品，每天1盒低脂牛奶+1颗鸡蛋补蛋白。

运动计划：每晚跟练15分钟关节舒缓操，周末不定期游泳增强心肺功能。

“以前总熬夜刷刷，现在雷打不动22:30睡觉。生病了以后，我才意识到健康才是最重要的”小夏感慨道。

2024年，小夏来复查发现抗体滴度显著下降，**肾脏功能完全恢复正常**。更令人欣喜的是，在医生指导下，她通过孕前风险评估和药物调整，于2025年初**平安诞下健康宝宝**。小夏难掩激动，“怀孕期间每四周查一次血尿常规，虽然辛苦，但看到宝宝的那一刻，所有坚持都值得了！”

小夏的成功并非偶然，蒋医生总结，**信医生、遵医嘱、勤记录、重细节**，这16个字是她送给所有“蝶友（患有系统性红斑狼疮的患者）”的礼物。



您的故事是下一个奇迹



亲爱的蝶友们：

系统性红斑狼疮（SLE）虽是一种慢性自身免疫性疾病，但通过科学管理和积极治疗，患者完全可以实现与疾病“和平共处”，回归多彩生活！

值此“世界狼疮日”即将来临之际，台州市立医院风湿免疫科诚邀您一起知晓狼疮，百战不殆！

活动时间：2025年5月8日（周四）上午10:00-11:00

活动地点：台州市立医院新院区住院部13楼示教室

参加方式：联系蒋医生报名参加，联系电话13575879778

活动内容：

①**专题讲座：**疾病认识的误区

讲课医生：蒋琼 风湿免疫肾内科副主任医师

②**破冰游戏：**结合患者情况，一起进行破冰小游戏，增进彼此了解。

③**互助分享：**由“蝶友”分享自己的分享抗病心得，帮助大家少走弯路。

④**养身运动：**医护人员带头，和“蝶友”们一起做养生运动，强身健体。





蒋琼 风湿免疫肾内科副主任医师

擅长：类风湿关节炎、强直性脊柱炎、痛风、系统性红斑狼疮、干燥综合征、免疫不孕等诊治；慢性肾衰竭腹膜透析。

出诊时间：新院区（周一全天；周三、周五、周日上午）



作者 | 风湿免疫肾内科 蒋琼
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 阮吉 吴莎



**扫码关注
台州市立医院
微信公众号**





台州市立医院

台州学院附属市立医院

扫码关注

台州市立医院眼科中心
微信公众号



微信扫码了解政策
一键进入医保办事



