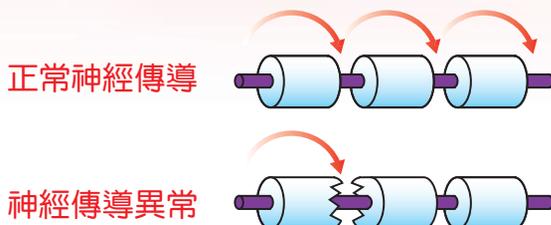


神經內科

- **學經歷** ● 高雄醫學大學醫學士
高雄榮總內科部神經內科主治醫師
臺北榮總高齡醫學中心臨床研究員
教育部部定助理教授
- **專長** ● 一般神經內科 | 腦血管科 | 老年醫學



主治醫師 沈秀祝



淺談慢性炎症脫髓鞘性多發性神經病變 (CIDP)

CIDP 簡介及病因：

CIDP(Chronic Inflammatory Demyelination Polyneuropathy) 是一種長期影響周邊神經系統疾病，它讓身體免疫系統誤認為神經纖維是敵人，於是開始不分青紅皂白地攻擊。這場免疫系統混亂戰爭最終導致神經傳導受損，引發雙下肢走路無力困難、腿部感覺喪失，可能進展影響雙上肢肌肉力量。

CIDP 的病因仍不十分明確，但研究顯示可能涉及免疫系統異常的過度反應。免疫系統中的白血球和抗體被刺激後，產生自體抗體，這些抗體不明辨朋友或敵人，開始摧毀周邊的運動和感覺神經。雖然有些病例可能與感染或其他疾病有關，但這仍需進一步深入研究。

CIDP 診斷及治療：

CIDP 的診斷通常依賴臨床患者症狀評估和神經學檢查，包括神經傳導速度與肌電圖檢查和脊髓液檢查未確診。治療目標是阻止免疫系統對神經的攻擊過程。常見治療方式是採口服類固醇、血漿置換術 (plasma exchange) 或靜脈注射免疫球蛋白 (IVIG) 治療。其他非藥物治療，如物理治療、職能治療以及運動治療，可以幫助患者經由復健維持日常生活。

CIDP 的居家保養：

一、適當運動：保持適度運動，有助於維持

肌肉柔軟度和靈活性。輕度伸展運動、散步或游泳都是很好的選擇，但應根據自己情況和醫師建議調整運動強度。

- 二、均衡飲食與營養補充：應確保攝取足夠的維生素和礦物質營養，特別是 B 群維生素和抗氧化物質，維持神經功能健康。
- 三、適當休息：良好的睡眠品質對維持整體健康和神經系統功能至關重要。確保有足夠休息時間，固定睡眠習慣及舒適的睡眠環境。
- 四、壓力管理：學習有效管理壓力技巧，如深呼吸、冥想或放鬆瑜伽，有助於減輕身體的壓力反應，對於疾病管理具有積極影響。
- 五、定期追蹤醫療狀況：與醫師保持緊密聯繫，主動報告任何新的症狀或變化，以確保及時處理，並根據醫師的建議調整治療計畫。

總結的話

CIDP 是一種複雜且慢性的神經系統疾病，需要個別化治療計畫。與醫師緊密合作，早期即時介入治療，能夠避免 CIDP 疾病進展，避免神經功能受損。定期接受檢查和調整治療，是應對 CIDP 的重要步驟。若您有任何疑問，切勿猶豫與您的醫師討論，讓我們與您攜手面對這項挑戰，維護您神經系統健康。