

## 「毅希會」組織簡介

- 成立於一九八九年底；
- 成立的目的：凝聚患病的同路人，透過舉辦不同形式的活動，讓大家互相認識，逐漸成為知心友，可以互相幫助、互相關顧，情緒亦得以紓緩，不致孤單對抗疾病。

## 宗 旨

- 發揮類風濕性關節炎病友互助精神，彼此激勵；
- 交流及提供有關類風濕性關節炎資料；
- 為會員籌辦康樂活動；
- 推廣醫療教育；
- 為會員爭取醫療福利。

## 聯絡我們

通訊地址：九龍深水埗 南山邨 南偉樓地下 103-106 室

錄音熱線：2713 6444

傳真電話：2715 0999

電郵地址：hkraasso@gmail.com

網 頁：<http://www.hkraasso.org>

## 甚麼是類風濕性關節炎

類風濕性關節炎 Rheumatoid Arthritis (簡稱 RA)，是一種自體免疫疾病，這是個嚴重的慢性疾病；引起類風濕性關節炎的真正成因至今仍然未明。

「類風濕性關節炎」這個病不只是關節發炎、紅腫、發熱及疼痛，患者在晨早時更會出現關節僵硬（晨僵），嚴重可達數小時。嚴重患者更因關節長時間發炎導致關節軟骨和組織受損，令關節痛楚及變形，特別是手指、手腕和腳趾最是普遍，因而逐漸失去活動能力。

## 類風濕性關節炎病徵

- 受影響關節多為小關節，如手指及手腕
- 對稱性關節發炎
- 關節疼痛及紅腫
- 晨僵

無論任何種族、性別、年齡均有可能患病，而女性病發率比男性高出約 2 至 3 倍。

## 類風濕性關節炎患者須知

類風濕性關節炎患者須明白，雖然關節炎暫未能根治，要長時間治療，要病情得到控制須遵照以下幾點：

- 遵照醫生吩咐定時服藥
- 常做運動(特別是水中運動)可維持關節活動功能
- 注意飲食，控制體重，有助減低關節負荷