

2025年10月

了解IBD治疗方案的 益处和风险



本手册的出版得益于 Organon 提供的无限制教育资助。

什么是炎症性肠病（IBD）？

炎症性肠病（IBD）是一组以消化道慢性炎症为特征的疾病，在加拿大约有1%的人口患有此病。IBD的发生是由于免疫系统异常激活，进而攻击肠道。

与许多慢性疾病一样，炎症性肠病（IBD）可能在严重发作期与症状较轻或完全无症状的缓解期之间反复交替。

炎症性肠病可能会引起疼痛，影响儿童生长发育，有时还会导致严重的并发症。

目前，IBD 尚无治愈方法，被认为是一种终身疾病，但我们确实有非常有效且安全的治疗方法。

治疗的目标是使 IBD 患者达到长期缓解：这可以最大限度地降低并发症的风险，并让患者过上幸福、健康和充实的生活。

IBD疗法的益处与风险

了解治疗这种慢性疾病的益处和风险至关重要。炎症性肠病通常采用一系列药物进行治疗，旨在减轻肠道炎症、控制症状并预防长期损害。好消息是，通过适当的治疗，患者有望身体健康状况得到改善，生活质量提高，腹痛减轻，疲劳感减少，抑郁和焦虑症状也能得到缓解。

然而，炎症性肠病（IBD）的进展并没有明确的路线图，因为每个人的经历都不同，症状会在数年内出现高峰和低谷。为了做出最佳的治疗决策，患者必须权衡药物治疗的益处和风险，以及完全不治疗的危险。虽然所有药物都有副作用，但不治疗疾病通常更危险。当治疗方案根据患者的疾病阶段、生活方式和个人情况量身定制时，其益处远远大于风险。



大多数炎症性肠病患者在得到适当的护理和支持后，都能过上充实而有意义的生活。

有效的治疗有助于：
控制症状并减少病情发作
预防并发症和住院治疗
促进肠道愈合
延长缓解期
提高整体生活质量

坚持治疗方案并找到合适的药物可以帮助控制病情，即使您面临炎症性肠病（IBD）的挑战，也能帮助您在身体、情感和社交方面保持良好状态。



克罗恩病



溃疡性结肠炎



克罗恩病和溃疡性结肠炎

IBD 的两种主要类型是溃疡性结肠炎 (UC) 和克罗恩病 (CD)。

克罗恩病可能逐渐发展，也可能突然出现，可能发生于消化道（从口腔到直肠）的任何部位，但通常会影响到小肠下段和结肠。

溃疡性结肠炎通常只影响直肠和大肠的内壁，从直肠开始，并持续延伸不同距离。

与炎症性肠病共存

发作是指炎症性肠病 (IBD) 处于活动期时出现的症状，导致组织发炎和受到刺激。

最常见的症状包括：

- 腹痛
- 血性腹泻

其他症状包括：

- 体重减轻
- 疲劳
- 发烧
- 关节疼痛
- 皮肤和口腔溃疡
- 眼睛发炎

并发症是指因患有这种慢性疾病而可能出现的其他健康问题。

可能出现的并发症包括：

- 其他器官（如眼睛、皮肤、关节、肝脏或胆管）出现炎症
- 贫血
- 营养不良
- 骨质疏松症
- 肠梗阻
- 溃疡
- 瘘管
- 肛裂
- 结肠癌（罕见）

在儿童中，炎症性肠病也可能延缓生长发育或性发育。

康复

愈合是炎症性肠病治疗的重要重点。在疾病活动期，肠道内壁（称为黏膜）会受到损伤。

黏膜愈合——即恢复健康的肠道内壁——是所有炎症性肠病（IBD）治疗的目标。另一个挑战是肠道与其他器官之间形成异常连接，即瘘管，而适当的药物治疗有助于预防这种情况的发生。

外科手术

除非绝对必要，否则通常应避免对炎症性肠病患者进行手术，因为手术往往伴有疼痛、肌肉萎缩以及麻醉反应、出血、血栓、心脏病发作和中风等风险。手术还会增加住院期间感染的风险，并可能影响患者的人际关系、工作和学习。因此，医疗机构通常建议患者接受药物治疗，以降低手术的必要性。

坚持治疗至关重要。

由于炎症性肠病是一种慢性疾病，即使在症状消失期间，也应始终按照医嘱服用药物。治疗目标是维持黏膜愈合，预防疾病复发。依从性（有时也称为遵医嘱）是指患者执行治疗方案的程度。这包括按时服药、完成所有剂量、及时续药以及按时参加输液或注射等预约治疗。





治疗方案

虽然目前尚无治愈方法，但安全有效的治疗可以控制炎症、预防并发症，并帮助患者过上健康充实的生活。治疗的目标是实现长期缓解和黏膜愈合，从而提高生活质量，并降低住院和手术率。

治疗方案通过减轻炎症和控制症状来发挥作用。这些方案包括：

- 5-氨基水杨酸（5-ASA）：治疗轻度至中度溃疡性结肠炎的一线药物，可减轻炎症并维持缓解。
- 类固醇：用于快速控制病情发作的短期治疗方法。
- 免疫抑制剂：降低免疫活性以维持病情缓解并限制类固醇的使用。
- 生物制剂和生物类似药：靶向特定免疫通路并促进愈合，已有研究证明对中度至重度疾病有效。
- JAK 抑制剂和 S1P 受体调节剂：用于治疗中度至重度溃疡性结肠炎的新型口服药物，可阻断特定的炎症信号。

选择合适的治疗方案需要与您的医疗保健提供者权衡利弊。只要得到妥善的护理并严格遵守治疗方案，大多数炎症性肠病患者都能享受长寿、积极且充实的生活。

该内容由胃肠病学专家 Christopher Ma 博士（医学博士、公共卫生硕士、加拿大皇家内科医师学会会员）于 2025 年 10 月审核。



5-氨基水杨酸

它们是什么

5-氨基水杨酸（5-ASA），又名美沙拉嗪，是一种能减轻肠道炎症、控制腹泻并有助于维持长期缓解的药物。

这些药物均为口服，可单独使用，也可与免疫抑制剂和类固醇联合使用。5-氨基水杨酸（5-ASA）治疗的主要目标是帮助轻度至中度溃疡性结肠炎患者达到并维持缓解。



风险

- 这类药物被认为非常安全，发生不耐受或过敏反应的风险极低。在开始治疗前，您的医护人员会与您详细讨论这些极低的风险。

益处

- 减轻肠道炎症。
- 控制腹泻。
- 有助于维持长期缓解。
- 可单独使用，也可与其他药物联合使用。
- 帮助轻度至中度溃疡性结肠炎患者达到并维持缓解状态。





类固醇

它们是如何运作的

类固醇通过抑制免疫细胞活性迅速减轻炎症。治疗炎症性肠病最常用的类固醇会在体内循环，而新型类固醇则靶向肠道的特定区域，副作用往往较少。

类固醇是用于控制急性发作和达到缓解的短期疗法。

类固醇不用于维持缓解期。通常情况下，类固醇会与维持治疗药物一起服用，也就是说，您需要同时服用这两种药物，一旦症状改善，医生会根据情况逐渐减少类固醇的用量。

根据您的症状和疾病部位，类固醇可以通过口服、直肠或静脉注射的方式给药。



益处

- 迅速减轻炎症和炎症性肠病发作期间的症状。
- 有助于快速达到缓解期。
- 可与维持治疗药物同时服用。
- 新型制剂（例如布地奈德）全身副作用较少。
- 有多种形式可用于靶向治疗（口服、直肠、静脉注射）。



风险和可能的副作用

- 感染风险增加，尤其是在高剂量或长期使用的情况下。
- 常见副作用：
 - 粉刺
 - 面部肿胀（“满月脸”）
 - 容易瘀伤
 - 高血压
 - 血糖升高
- 长期使用风险：
 - 骨质疏松症
 - 青光眼
 - 白内障
- 戒断风险：切勿突然停止使用类固醇——必须在医疗监督下逐步减少用量。

重要提示

- 佩戴标明正在使用类固醇的医疗警示手环或项链。
- 定期监测血压。
- 医生可能会在您服用类固醇期间检查您的血糖。
- 切勿自行停止服用类固醇，务必遵循医疗保健提供者的减量计划。



免疫抑制剂

它们是什么

免疫抑制剂是抑制免疫系统的药物，可以减少炎症，防止身体错误地攻击自身的消化道。

免疫抑制剂用于维持中重度炎症性肠病（IBD）患者的病情缓解，并减少对类固醇的需求。由于需要数月才能完全起效，因此通常与类固醇同时使用。随着类固醇逐渐减量，免疫抑制剂有助于预防病情复发。

请访问我们的网站查看免疫抑制剂药物的名称：www.CDHF.ca。



益处

- 帮助维持中重度炎症性肠病患者的长期缓解。
- 减少或消除对类固醇的需求，从而降低类固醇相关副作用的风险。
- 可与其他疗法联合使用，以更好地控制病情。
- 研究表明，可降低复发频率。
- 与类固醇相比，长期副作用通常较少。



风险和可能的副作用

- 由于这些药物会降低免疫功能，因此会增加感染风险——通常风险程度从低到中等不等，具体取决于您的整体健康状况和剂量。
- 其他潜在风险包括：
 - 患某些癌症的风险极低，例如：
 - 非黑色素瘤皮肤癌
 - 淋巴瘤（一种罕见的血液癌症）
- 需要注意的可能副作用：
 - 皮肤或眼睛发黄（黄疸）
 - 尿色深或尿液/粪便中带血
 - 胸痛或胃痛
 - 发烧或流感样症状
 - 呼吸急促
 - 食欲不振

这些药物由您的医疗保健提供者开具处方并密切监测，他们会评估您的个人风险因素（例如年龄、既往健康状况、家族史）。

A photograph of two women sitting at a table, looking at a laptop. The woman on the left is a white woman with brown hair, and the woman on the right is an Asian woman with black hair. They are both wearing light-colored blouses. The background is a simple office or meeting room with a mirror on the wall.

生物制剂和生物类似药

它们是什么

生物制剂是经过特殊设计的蛋白质，可以阻断体内一种或多种炎症通路，从而减轻炎症性肠病引起的炎症。

生物类似药是指与已获批准的生物制剂（“参考”生物制剂）高度相似的药物。

加拿大卫生部只批准生物类似药上市，前提是生产商能够证明生物类似药在质量、安全性和疗效方面与原研生物药相当。

与类固醇或广谱免疫抑制剂不同，生物制剂不会关闭整个免疫系统，而是专门针对 IBD 中过度活跃或异常的免疫系统部分。

它们是如何运作的

生物制剂针对不同的炎症分子或通路：

- 抗 TNF 生物制剂可阻断肿瘤坏死因子 α (TNF- α)，该因子在 IBD 中过度产生，导致炎症和组织损伤。
- 整合素阻断剂可阻止炎症细胞到达肠道。
- IL-23 阻断剂靶向 IBD 组织中过度产生的炎症分子。

生物制剂可以单独使用，也可以与其他药物联合使用，以增强疗效或减少抗体形成。

它们通常以以下方式给药：

- 由诊所的医护人员通过静脉注射（IV）给药，或
- 在家或诊所进行皮下注射，每隔几周几个月一次。



请访问我们的网站查看生物制剂/生物类似药的名称：
www.CDHF.ca。



生物制剂和生物类似药



益处

- 对中度至重度炎症性肠病非常有效，帮助许多患者达到并维持缓解。
- 临床试验证明，这是唯一能够修复肠道内壁（黏膜修复）的药物类别。
- 靶向治疗，可在不抑制整个免疫系统的情况下减少炎症和组织损伤。
- 与非生物疗法相比，住院、手术和并发症更少。
- 瘘管愈合：接受生物制剂治疗的患者中，高达 50% 的患者可实现瘘管闭合，而未接受生物制剂治疗的患者中，这一比例仅为 13%。
- 疗效持久：40%-70% 的中重度患者对治疗有反应；高达 40% 的患者在第一年达到缓解。
- 生活质量提高，腹痛、疲劳和抑郁症状减轻。
- 长期使用安全，并有大量数据支持其在消化系统疾病和自身免疫性疾病方面的疗效。
- 还可以预防术后复发，并可与其他药物联合使用以获得额外疗效。



风险和可能的副作用

生物制剂精准作用于免疫通路：通常来说，这意味着它们非常安全，因为它们针对的是炎症性肠病（IBD）的根本病因。然而，也可能出现副作用：

感染风险：

- 与类固醇或免疫抑制剂相比，发生严重感染的风险非常低。

过敏反应：

- 输液过程中罕见；通常症状较轻，可通过减慢或暂停输液来控制。

癌症风险：

- 使用生物制剂的癌症风险极低，估计每10万名使用生物制剂的人中，癌症病例少于6例。对于许多可用的生物制剂而言，其癌症风险与同龄未使用生物制剂的人群相同。
- 患者应继续接受符合年龄的常规癌症筛查。
- 生物制剂治疗的其他副作用极其罕见。头痛和疲劳等副作用可能会发生，但并不常见。其他副作用取决于所使用的生物制剂类型：请与您的医生讨论这些风险。

停止治疗可能导致大多数患者病情复发或加重。生物制剂通常需要在严密的医疗监督下长期使用。

JAK抑制剂

它们是什么

JAK 抑制剂是治疗中度至重度溃疡性结肠炎（在某些情况下也适用于克罗恩病）的成人新口服治疗方案。

它们是小分子药物，以药片形式服用，其作用机制是通过阻断 Janus 激酶 (JAK) 酶来抑制 IBD 中的关键促炎细胞因子引起的炎症。

与通过注射或静脉输注给药的生物制剂不同，JAK 抑制剂是口服的，提供了一种方便的家庭治疗选择。

JAK抑制剂不与生物制剂或其他免疫抑制疗法联合使用。

请访问我们的网站查看 JAK 抑制剂药物的名称：www.CDHF.ca。



益处

- 能有效使中重度溃疡性结肠炎患者达到并维持缓解状态。
- 促进胃肠道黏膜愈合。
- 改善生活质量，包括缓解症状和提高整体健康水平。
- 快速起效的口服药物——无需注射或输液。
- 在家或工作场所即可方便服药，有助于提高依从性和独立性。



风险和可能的副作用

- 感染风险：最常见的是带状疱疹（疱疹病毒感染）。所有患者在开始治疗前都应接种带状疱疹疫苗。
- 过敏反应：罕见但有可能发生，与其他先进的 IBD 疗法一样。
- 癌症风险：非黑色素瘤皮肤癌的风险非常低，与生物制剂类似；取决于个人风险因素。
- 心脏和血栓风险。

一般指导：请务必与您的医疗保健提供者讨论您的个人风险状况，以确保安全、适当地使用。



S1P受体调节剂

它们是什么

鞘氨醇-1-磷酸（S1P）受体调节剂是治疗中重度溃疡性结肠炎的一类新型口服药物。

这种每日服用一次的药物通过阻止炎症细胞（这些细胞在骨髓中产生，在淋巴结中成熟）到达肠道来发挥作用。

请访问我们的网站查看 S1P 受体调节剂药物的名称：www.CDHF.ca。



益处

- 对于中度至重度溃疡性结肠炎，可口服，每日一次，疗效显著。
- 精准靶向炎症，降低肠道免疫活性，同时保持整体免疫功能。
- 方便的药片形式：无需注射或输液。
- 临床研究表明，该药总体耐受性良好，安全性高。
- 可能适用于对其他治疗方法没有反应的患者。



风险和可能的副作用

- 心率：首次给药可能会导致心率轻微暂时下降。所有患者在开始治疗前均应进行心电图（ECG）检查。
- 眼部健康：患有糖尿病或有眼部炎症（葡萄膜炎）病史的人在接受治疗前应进行眼科检查。
- 感染和癌症风险：感染、非黑色素瘤皮肤癌或过敏反应的风险非常低。

IBD的新兴疗法

在找到炎症性肠病（IBD）的治愈方法之前，您可能需要终生与IBD作斗争。目前的治疗方案有助于控制病情并最大限度地减轻症状，使大多数患者能够享受健康充实的生活。好消息是，尽管我们尚未找到治愈这种疾病的方法，但我们一直在不断探索新的治疗方法，以优化疗效、提高生活质量、减少并发症并降低患者服用药物的风险。

最重要的是，通过了解所有医疗方案及其相关益处和潜在风险，您和您的医护人员可以共同做出最有利于您健康的决定。为了获得最佳治疗效果，请遵循您和医生讨论并共同制定的、最适合您自身情况、健康状况和生活方式的治疗方案。积极参与治疗决策至关重要。

如果您有任何不明白的地方，或者您读到的内容与您刚刚从医疗保健提供者那里听到的内容不符，请不要害怕提问。

如果您觉得服药方案难以坚持，或者想尝试其他治疗方法，请务必咨询您的医疗保健提供者，切勿在未咨询的情况下更改或停止治疗。如果您有费用方面的困难，通常有很多您可能并不了解的解决方案，所以也请咨询您的医疗保健提供者。



为了使您的治疗取得成功，请与您的医疗团队建立伙伴关系——共同制定治疗方案，提出问题，获取更多信息，并随时让您的医疗团队了解治疗的进展情况。