



- با درمان محافظه کارانه، علائم در ۷۵٪ بیماران در عرض یک سال بهبود می یابند.

عوارض احتمالی:

به دنبال بروز آرتریت روماتوئید ممکن است عوارض زیر در فرد ایجاد شود:

- اختلال بینایی
- تغییر شکل مفصل به طور دائمی و از کارافتادگی

تشخیص:

جهت تشخیص، پزشک اقدامات زیر را انجام می دهد:

- پزشک ابتدا با شرح حال و معاینه به وجود بیماری شک می کند.
- انجام آزمایش خون برای بررسی وجود «عامل روماتوئید» به تشخیص قطعی کمک می کند.



درمان:

جهت درمان آرتریت روماتوئید، اقدامات درمانی زیر را به عنوان درمان حمایتی انجام دهید:

- استفاده از آتل به هنگام خواب در مفاصل دچار التهاب

شرح بیماری:

- عبارت است از یک بیماری مزمن که طی آن مفاصل به همراه عضلات، غشاهای پوشاننده و غضروف تحت تاثیر قرار می گیرند. گاهی چشم و رگ های خونی نیز درگیر می شوند. این بیماری سه برابر در زنان شایع تر است و معمولاً بین سنین ۲۰-۶۰ سالگی رخ می دهد.

علائم:

از علائمی که در آرتریت روماتوئید ممکن است بروز نماید می توان به موارد زیر اشاره نمود:

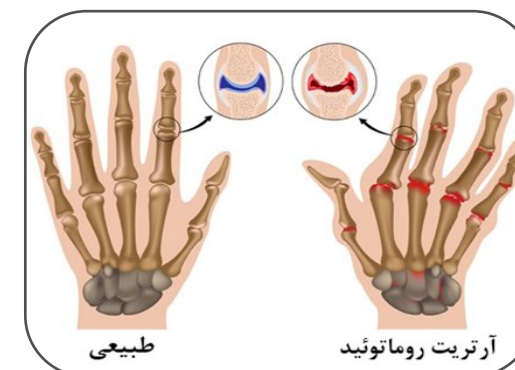
- شروع آهسته یا ناگهانی
- قرمزی، درد، گر می و درد به هنگام لمس در یک یا تمام مفاصل فعال در دست، مچ دست، آرنج، شانه، پا، و مچ پا
- خشکی صبحگاهی
- تب پایین
- وجود برآمدگی هایی زیر پوست (گاهی)

علل شایع:

- علل این بیماری ناشناخته است ولی این بیماری احتمالاً منشاء خود ایمنی دارد. (دستگاه ایمنی بدن در مقابل بافت های بدن فعال می شود)

عواقب مورد انتظار

- بیماری ممکن است خفیف یا شدید باشد و با تشخیص زودهنگام، می توان درد بیمار را تخفیف داد، از بروز ناتوانی و معلولیت جلوگیری به عمل آورد و عمر طبیعی توأم با فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری را برای بیمار به ارمغان آورد.



مرکز آموزشی درمانی امین اصفهان

روماتیسم مفصلی (آرتریت روماتوئید)

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: ۱۴۰۳

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

در موارد زیر بیمار در بیمارستان بستری می‌شود:

- وضع عمومی بیمار بد باشد برای مثال هنگام تب شدید یا تغییرات فشار خون
- با وجود مصرف آنتی بیوتیک وضعیت بیماری بدتر شود
- بیمار ضعف سیستم ایمنی داشته باشد.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علائم سلولیت را دارید.
- اگر یکی از موارد زیر به هنگام درمان رخ دهد: تب، سردرد یا استفراغ، خواب آلودگی یا بی حالی، بروز تاول روی ناحیه سلولیت، بروز نوارهای قرمزی که علی رغم درمان بدتر شود.
- اگر دچار علائم جدید و غیرقابل کنترل شده اید.
- داروهای مورد استفاده در درمان ممکن است عوارض جانبی به همراه داشته باشند. در صورت مشاهده عوارض به پزشک مراجعه نمایید.



رژیم غذایی و تغذیه:

- یک رژیم غذایی عادی و متعادل داشته باشید و در این خصوص با پزشک خود مشورت کنید.

دارو:

- پزشک معالج جهت درمان دارویی از داروهای زیر استفاده می‌نماید:
- داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی، از جمله آسپرین و سایر سالیسیلات‌ها، ترکیبات طلا
- داروهای سرکوب کننده ایمنی
- داروهای کورتیزونی معمولاً درد را به طور سریع و مؤثر برای مدت کوتاهی برطرف می‌کنند، اما در استفاده طولانی مدت، کمتر اثر بخش هستند.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- اگر یکی از موارد زیر هنگام درمان رخ دهد لازم است که به پزشک مراجعه نمایید:
- تب عارض شود، یا علائم در مفاصلی که قبلاً درگیر نبوده‌اند پدیدار شوند.
- اگر دچار علائم جدید و غیرقابل کنترل شده اید.

- کاهش استرس (فشارهای روحی)

- استفاده از دستکش در شب برای حفظ گرما
- تخفیف درد با گرما مثلاً استفاده از حوله آب داغ، لامپ تولید کننده حرارت یا استخر آب گرم
- اگر تشک سفت ندارید، یک تخته ضخیم چندلایه زیر تشک خود قرار دهید.
- به فکر نقل مکان به آب و هوای خشک باشید. هوای مرطوب علائم را بدتر می‌کند.

فعالیت:

در زمانی که به این بیماری مبتلا هستید فعالیت‌های خود را به صورت زیر برنامه ریزی نمایید:

- تا زمانی که تب و سایر علائم شعله‌ور شدن بیماری ناپدید نگشته‌اند، در رختخواب به استراحت پردازید. پس از آن فعالیت خود را از سر بگیرید، اما در طی روز اوقاتی را برای استراحت اختصاص دهید. هر شب حداقل 10-12 ساعت بخوابید. خود را زیاده از حد خسته نکنید.
- به هنگام ایستادن، راه رفتن و نشستن، بدن خود را راست نگاه دارید.
- حتی المقدور به طور فعال ورزش کنید تا قدرت عضلانی و حرکت مفصل تا حد امکان حفظ شود. شدت فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری را به تدریج به حد توصیه شده برسانید.
- ورزش در استخر آب گرم برای خشکی مفاصل خوب است.
- مفصل معلول شده را باید به طور غیر فعال (بدون استفاده از عضلات حرکت دهنده آن مفصل) حرکت داد تا بدین وسیله از انقباض دائمی و جمع‌شدگی عضلات جلوگیری شود. (در این خصوص با پزشک خود مشورت کنید)