

شرح بیماری

آرتریت روماتوئید یا روماتیسم یک بیماری التهابی مزمن است که معمولاً به مفاصل کوچک دست‌ها و پاها آسیب وارد می‌کند. برخلاف بیماری استئوآرتریت که در آن آسیب‌های سایشی و پارگی در مفاصل رخ می‌دهد، آرتریت روماتوئید به دیواره و پوشش داخلی مفاصل آسیب می‌زند که باعث تورم دردناک در این ناحیه می‌شود. این حالت می‌تواند در نهایت به تحلیل و ساییدگی استخوان و بدشکلی مفصل منجر گردد. آرتریت روماتوئید که یک بیماری خودایمنی است، زمانی ایجاد می‌شود که سیستم ایمنی بدن به اشتباه به بافت‌های خودی بدن حمله کرده و به آنها آسیب می‌زند. آرتریت روماتوئید علاوه بر آسیب به مفاصل، در برخی موارد می‌تواند به اندام‌های دیگر بدن مانند پوست، چشم‌ها، ریه‌ها و عروق خونی نیز آسیب بزند.

**علائم**

- ✓ مفاصل متورم، گرم و حساس
 - ✓ خشکی صبحگاهی مفاصل که معمولاً چندین ساعت طول می‌کشد
 - ✓ برآمدگی و توده‌های سفت از بافت زیر پوست در قسمت بازو (ندول آرتریت روماتوئید)
 - ✓ خستگی، تب و کاهش وزن
- علل شایع**
- آرتریت روماتوئید زمانی اتفاق می‌افتد که سیستم ایمنی بدن به غشایی که مفاصل را احاطه کرده است، حمله می‌کند. این باعث نابودی غضروف و استخوان و ضعف و انبساط تاندون و رباطها می‌شود.

عوامل خطر

- ✓ عواملی که می‌توانند باعث افزایش خطر ابتلا به بیماری آرتریت روماتوئید شوند عبارتند از:
 - ✓ جنسیت: احتمال ابتلاء به آرتریت روماتوئید در زنان بیشتر از مردان است.
 - ✓ سن: آرتریت روماتوئید در هر سنی می‌تواند رخ دهد اما معمولاً بین سنین ۴۰ تا ۶۰ سالگی بروز می‌کند.
 - ✓ سابقه خانوادگی: اگر یکی از اعضای خانواده شما مبتلا به آرتریت روماتوئید باشد، احتمال ابتلای شما به آرتریت روماتوئید افزایش می‌یابد.

عوارض احتمالی

- ✓ **پوکی استخوان:** آرتریت روماتوئید و داروهایی که برای درمان این بیماری استفاده می‌شوند باعث افزایش خطر ابتلا به پوکی استخوان می‌شود.
- ✓ **سندرم کانال مچ دست (سندرم تونل کارپ):** اگر آرتریت روماتوئید به مچ دست شما آسیب وارد کند، التهاب می‌تواند به اعصاب دست و انگشتان شما فشار وارد کند.
- ✓ **بیماری‌های قلبی:** آرتریت روماتوئید می‌تواند خطر سخت شدن و انسداد شریانها و نیز التهاب پرده اطراف قلب را افزایش دهد.
- ✓ **بیماری‌های ریوی:** در بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید خطر التهاب و سخت شدن بافت ریه‌ها افزایش می‌یابد که می‌تواند منجر به تنگی نفس پیشرونده در بیماران گردد.

تشخیص

پزشک در طول معاینه جسمی، تورم مفاصل، قرمزی و وجود گرما را در مفاصل بررسی می‌کند. همچنین پزشک رفلکس‌های عصبی و قدرت عضلات را در بدن شما مورد بررسی قرار می‌دهد.

آزمایشات خون

✓ تصویربرداری با استفاده از اشعه ایکس

درمان

فیزیوتراپی و کاردرمانی می‌توانند به شما کمک کنند تا بتوانید از مفاصل خود محافظت کنید. اگر آسیب به مفاصل

شدید باشد، ممکن است بیمار نیازمند استفاده از روشهای جراحی باشد.

✓ جراحی:

اگر مصرف داروها در جلوگیری از آسیب مفاصل یا کند کردن روند آسیب رسانی به مفاصل مؤثر نباشند، پزشک ممکن است روشهای جراحی را برای ترمیم مفاصل آسیب دیده انتخاب کند.

جراحی می تواند امکان استفاده از مفاصل را برای شما فراهم کند. همچنین جراحی می تواند در کاهش درد و اصلاح بدشکلی های مفصل مؤثر باشد. جراحی در بیماری آرتریت روماتوئید می تواند به یکی از روشهای زیر یا ترکیبی از آنها انجام گیرد:

✓ **تعویض کل مفصل:** در این روش جراحی، جراح بخش های آسیب دیده مفصل را خارج می کند و یک پروتز فلزی یا پلاستیکی را جایگزین آن می کند.

✓ **ترمیم تاندون:** التهاب و آسیب مفصلی که در بیماری آرتریت روماتوئید رخ می دهد می تواند باعث نازک شدن یا پاره شدن تاندونهای اطراف مفاصل شما گردد. جراح شما ممکن است بتواند این تاندونهای آسیب دیده را ترمیم کند.

✓ **جوش دادن مفصل (فیوژن مفصل):** در مواردی که امکان انجام عمل تعویض مفصل وجود نداشته باشد، ممکن است جوش دادن مفصل به روش جراحی برای ثابت کردن محل مفصل یا جادادن آن در محل خود و کاهش درد پیشنهاد گردد.

فعالیت

✓ ورزش: ورزشهای سبک می توانند به تقویت عضلات اطراف مفاصل کمک کنند و مانع ایجاد احساس خستگی شوند. پیش از انجام ورزش با پزشکتان در این مورد مشورت کنید. ورزش کردن را با پیاده روی آغاز کنید. شنا یا ورزشهای هوازی آبی سبک را نیز می توانید انجام دهید. از ورزش دادن به مفاصل آسیب دیده، دردناک یا مفاصل با التهاب شدید خودداری نمایید.

✓ **مفاصل را گرم یا سرد نگاه دارید:** گرما می تواند باعث کاهش درد و شل شدن عضلات دردناک و منقبض شود. سرما نیز می تواند در کاهش احساس درد مؤثر باشد. سرما همچنین می تواند اثر بی حس کنندگی و کاهش اسپاسم های عضلانی را داشته باشد.

✓ **آرام باشید:** تکنیک هایی مانند هیپنوتیزم، نفس عمیق کشیدن و شل کردن عضلات می توانند برای کاهش درد مفید باشند.

✓ **داروهای ضد روماتیسم تعدیل کننده بیماری:** این داروها می توانند سیر پیشرفت آرتریت روماتوئید را کند کنند و از مفاصل و سایر بافتها در برابر آسیب بیشتر و دائمی محافظت کنند.

✓ **داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی:** این داروها برای سرکوب سیستم ایمنی به کار گرفته می شوند که در بیماری آرتریت روماتوئید فعالیت بیش از حد و خارج از کنترل دارد.

✓ **مهارکننده های تومور نکروز فاکتور آلفا:** فاکتور نکروز کننده تومور آلفا یک ماده التهابی است که در بدن تولید می شود. مهارکننده های تومور نکروز فاکتور آلفا می توانند به کاهش درد، خشکی صبحگاهی و تورم مفاصل کمک کنند

دارو

پزشک در ابتدا داروهایی با عوارض جانبی کمتر را برای بیماران تجویز می کنند. با پیشرفت آرتریت روماتوئید ممکن است بیماران نیازمند مصرف داروهای قوی تر یا چندین نوع دارو باشند:

✓ **داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی (NSAIDs):** داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی می توانند باعث کاهش درد و التهاب شوند.

✓ **استروئیدها:** داروهای کورتیکواستروئید مانند پردنیزون باعث کاهش درد و التهاب شده و آسیب رسانی به مفاصل را کمتر می کنند

✓ **سایر داروها:** برخی از داروهای آرتریت روماتوئید فرآیندهای التهابی که در بدن رخ می دهند را هدف قرار می دهند

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

اگر در مفاصل خود احساس ناراحتی یا تورم دائمی دارید به پزشک مراجعه کنید.

تهیه کننده: واحد آموزش و پیگیری بیمار

تایید کننده: دکتر جعفر کیاست فر (متخصص

بیماریهای داخلی)

منابع: درسامه داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۲۲

پایگاه اطلاعاتی: www.Nhs

تاریخ آخرین ویرایش: پاییز ۱۴۰۲

شماره تلفن جهت پاسخگویی به سوالات:

۰۴۴-۳۱۹۹۶۳۶۲