

12 Οκτωβρίου

«Παγκόσμια Ημέρα κατά της Αρθρίτιδας»

(World Arthritis Day)

Η 12η Οκτωβρίου καθιερώθηκε ως «Παγκόσμια Ημέρα κατά της Αρθρίτιδας» (World Arthritis Day) το 1996, από τη Διεθνή Ένωση Ρευματολογίας και Αρθρίτιδας. Ο εορτασμός αυτής της ημέρας έχει σκοπό να βοηθήσει στην ενημέρωση του κοινού σε όλο τον κόσμο για την ύπαρξη των ρευματικών και μυοσκελετικών νοσημάτων καθώς και την επίδρασή τους στην ζωή των ασθενών. Στοχεύει επίσης στην εξασφάλιση δικτύου υποστήριξης για τους ασθενείς και για τους ανθρώπους που τους φροντίζουν. Τα νοσήματα αυτά έχουν αρνητική επίδραση στην ποιότητα ζωής των ανθρώπων αυτών με κύριο σύμπτωμα τον πόνο, όπως και στην συμμετοχή τους στην κοινωνία γενικά, συμπεριλαμβανομένης της ικανότητας τους για εργασία.

Περισσότερες από 200 είναι οι ρευματικές παθήσεις και πλήττουν άτομα όλων των ηλικιών (ακόμα και παιδιά) και των δύο φύλων. Υπολογίζεται ότι προσβάλλεται το 1/4 του πληθυσμού των αναπτυγμένων χωρών σε κάποια στιγμή της ζωής τους. Μόνο στην Ευρώπη πάσχουν από ρευματικά νοσήματα 103 εκατομμύρια άνθρωποι και πολλοί από αυτούς παραμένουν αδιάγνωστοι ενώ στην Ελλάδα έχει υπολογισθεί ότι το 26% του πληθυσμού πάσχει από ρευματικές-μυοσκελετικές παθήσεις.

Σε αυτές περιλαμβάνονται οι εκφυλιστικές παθήσεις των αρθρώσεων και της σπονδυλικής στήλης (οστεοαρθρίτιδα), οι φλεγμονώδεις αρθρίτιδες (ρευματοειδής αρθρίτιδα, ψωριασική αρθρίτιδα, αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα) και τα συστηματικά αυτοάνοσα ρευματικά νοσήματα (συστηματικός ερυθηματώδης λύκος, σκληρόδερμα, Σ. Sjögren, αγγειίτιδες, μυοσίτιδες κλπ.).

Αρθρίτιδα είναι η φλεγμονή των αρθρώσεων που εκδηλώνεται με πόνο, δυσκαμψία, οίδημα, ερυθρότητα, καθώς και περιορισμό της κινητικότητας σε μια ή περισσότερες αρθρώσεις. Υπάρχουν δύο κύριες κατηγορίες αρθρίτιδας, η μη φλεγμονώδης (κύριος εκπρόσωπος η οστεοαρθρίτιδα) και η φλεγμονώδης (κύριος εκπρόσωπος η ρευματοειδής αρθρίτιδα).

Η οστεοαρθρίτιδα είναι η πολύ συχνή, με το 75% των πασχόντων να αναφέρουν καθημερινό πόνο στις αρθρώσεις. Βασικό χαρακτηριστικό της είναι ότι προκαλεί φθορά του χόνδρου που συνδέει τις αρθρώσεις. Όταν ο χόνδρος αρχίσει να τραυματίζεται, επιβαρύνεται η λειτουργία των τενόντων και των συνδέσμων. Μετά από σοβαρή απώλεια χόνδρου, τα οστά αλλοιώνονται και μετατοπίζονται από την κανονική θέση τους. Οι αρθρώσεις που πλήττονται συνήθως από την οστεοαρθρίτιδα είναι αυτές που βρίσκονται στα χέρια, τη σπονδυλική στήλη, τα γόνατα και τα ισχία. Τα συμπτώματα της οστεοαρθρίτιδας συχνά εκδηλώνονται σταδιακά και επιδεινώνονται καθώς περνάνε τα χρόνια. Σε αυτά συμπεριλαμβάνονται: πόνος στη διάρκεια ή μετά την κίνηση, ευαισθησία στην προσβεβλημένη άρθρωση, δυσκαμψία διάρκειας λεπτών το πρωί ή μετά από αρκετή ώρα ακινησίας, περιορισμός στο εύρος κινήσεων της προσβεβλημένης άρθρωσης, κριγμός κατά τη χρήση των αρθρώσεων. Μπορεί να εμφανιστούν μικρά εξογκώματα γύρω από την προσβεβλημένη άρθρωση, τα οποία είναι οστικές προεκβολές (λέγονται οστεόφυτα). Τα συμπτώματα διαφέρουν από ασθενή σε ασθενή, αλλά η κατάσταση μπορεί να δυσχεράνει την καθημερινότητα.

Η ρευματοειδής αρθρίτιδα είναι μια χρόνια φλεγμονώδης, αυτοάνοση εξελικτική νόσος, που προσβάλλει κατ' εξοχήν τις αρθρώσεις, αλλά και διάφορα εσωτερικά όργανα. Είναι το συχνότερο φλεγμονώδες ρευματικό νόσημα. Προσβάλλει συνήθως άτομα ηλικίας 35-55 ετών, κυρίως γυναίκες, αλλά μπορεί να εμφανιστεί και σε άτομα οποιασδήποτε ηλικίας, ακόμη και σε παιδιά. Εκδηλώνεται με έντονο πόνο, διόγκωση στις αρθρώσεις, δυσκαμψία για ώρες σχεδόν σε όλες τις αρθρώσεις χεριών και ποδιών και στον αυχένα. Μπορεί να συνοδεύεται από εκδηλώσεις από τους πνεύμονες, την καρδιά, τα νεύρα, τα μάτια κ.λ.π. ενώ μπορεί να οδηγήσει σε απώλεια βάρους, κόπωση και πυρετό.

Άτομα που εμφανίζουν παρόμοια με τα παραπάνω συμπτώματα θα πρέπει να επισκέπτονται ρευματολόγο για την αξιολόγηση και την αντιμετώπισή τους.

Είναι σημαντική η ενημέρωση των ασθενών, η έγκαιρη εξέτασή τους και έναρξη αποτελεσματικής θεραπείας από τον ειδικό γιατρό που είναι ο ρευματολόγος, σε συνεργασία με γιατρούς άλλων ειδικοτήτων και εκπαιδευμένων επαγγελματιών υγείας. Η πρώιμη διάγνωση, και η έναρξη της κατάλληλης θεραπείας βελτιώνουν την έκβαση, την ποιότητα ζωής και την ικανότητα για εργασία.

Η Ελληνική Ρευματολογική Εταιρεία και Επαγγελματική Ένωση Ρευματολόγων Ελλάδος ΕΡΕ-ΕΠΕΡΕ μέσω της καμπάνιας ενημέρωσης “το σώμα σου μιλάει, άκουσε το” προτρέπει κάθε ένα ασθενή με ρευματικό ή μυοσκελετικό νόσημα να ακολουθήσει το σύνθημα για την φετινή Παγκόσμια Ημέρα Αρθρίτιδας:

“ Πάρε τη ζωή στα χέρια σου-Ενημερώσου ”

Ρευματολογική Κλινική

Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ιωαννίνων

26510 -99755/07263/07503

www.rheumatology.gr