



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز
مرکز آموزشی و درمانی سردار سپهر شهید حاج قاسم سلیمانی



مرکز آموزشی و درمانی

سردار سپهر شهید حاج قاسم سلیمانی

آرتریت روماتوئید

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: ۱۴۰۴

شماره واحد آموزش به بیمار: ۰۲۶۳۵۷۷۱۱۲۵

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

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 ابتلا 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 آسیب‌دیده انتخاب کند.

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

- **تعویض کل مفصل:** در این روش جراحی، جراح بخش‌های آسیب‌دیده مفصل را خارج می‌کند و یک پروتز فلزی یا پلاستیکی را جایگزین آن می‌کند.

- **ترمیم تاندون:** التهاب و آسیب مفصلی که در بیماری آرتریت روماتوئید رخ می‌دهد می‌تواند باعث نازک‌شدن یا پاره‌شدن تاندون‌های اطراف مفاصل شما گردد. جراح شما ممکن است بتواند این تاندون‌های آسیب‌دیده 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 می‌توانند 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 پیاده‌روی آغاز کنید. شنا یا ورزش‌های هوازی آبی سبک را نیز می‌توانید انجام دهید. از ورزش دادن به مفاصل آسیب‌دیده، دردناک یا مفاصل با التهاب شدید خودداری نمایید.

- **مفاصل را گرم یا سرد نگه دارید:** گرما می‌تواند باعث کاهش درد و شل شدن عضلات دردناک و منقبض شود. سرما نیز می‌تواند در کاهش احساس درد مؤثر باشد. سرما همچنین می‌تواند اثر بی‌حس‌کنندگی و کاهش اسپاسم‌های عضلانی را داشته باشد.

- **آرام باشید:** تکنیک‌هایی مانند هیپنوتیزم، نفس عمیق کشیدن و شل کردن عضلات می‌توانند برای کاهش درد مفید باشند.

دارو:

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

- **داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (NSAIDs):** داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی می‌توانند باعث کاهش درد و التهاب شوند.

- **استروئیدها:** داروهای کورتیکواستروئید مانند پردنیزون باعث کاهش درد و التهاب شده و آسیب‌رسانی به مفاصل را کمتر می‌کنند.

- **داروهای ضدروماتیسم تعدیل‌کننده بیماری:** این داروها می‌توانند سیر پیشرفت آرتریت روماتوئید را کند کنند و از مفاصل و سایر بافت‌ها در برابر آسیب بیشتر و دائمی محافظت کنند.

- **داروهای سرکوب‌کننده سیستم ایمنی:** این داروها برای سرکوب سیستم ایمنی به کار گرفته می‌شوند که در بیماری آرتریت روماتوئید فعالیت بیش از حد و خارج از کنترل دارد.

- **مهارکننده‌های تومور نکروز فاکتور آلفا:** فاکتور نکروز کننده تومور آلفا یک ماده التهابی است که در بدن تولید می‌شود. مهارکننده‌های تومور نکروز فاکتور آلفا می‌توانند به کاهش درد، خشکی صبحگاهی و تورم مفاصل کمک کنند.

- **سایر داروها:** برخی از داروهای آرتریت روماتوئید فرآیندهای التهابی که در بدن رخ می‌دهند را هدف قرار می‌دهند.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

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

