جرعة منخفضة من ميثوتريكسات لالتهاب المفاصل الروماتويدي والتهاب المفاصل الصدفي

التهاب المفاصل الروماتويدي (RA) والتهاب المفاصل الصدفي (PsA) هي حالات طويلة الأمد حيث يهاجم جهاز المناعة في الجسم عن طريق الخطأ الأنسجة السليمة مثل المفاصل والجلد. وهذا يسبّب التهاباً يؤدي إلى أعراض مثل آلام المفاصل وتورمها.

استخدموا خطة العلاج هذه لمناقشة الميثوتريكسات مع اختصاصي الروماتيزم الخاص بكم والتخطيط لأفضل طريقة لتناول دواءكم.

الميثوتريكسات هو دواء موصى به لتعديل المرض من أجل RA و PsA

يعمل الميثوتريكسات على السيطرة على المرض

لا يكتفي الميثوتريكسات بمنع الألم والأعراض الأخرى لمرض التهاب المفاصل الروماتويدي والتهاب المفاصل الصدفي، بل يقطع نشاط جهاز المناعة ويبطئ المرض ويقلّل الالتهاب.

يمكن للعلاج المبكّر بالميثوتريكسات (في غضون 3 أشهر من ظهور الأعراض) أن:

- يوقف المرض من التفاقم
- يقلّل من فرصة تلف المفاصل على المدى الطويل الناجم عن الالتهاب غير المُسيطر عليه
- يحسّن الأعراض مثل آلام المفاصل وتورمها وتيبسها.

Methotrexate

- يسمى **الدواء المضاد للروماتيزم المعدل للمرض.** قد تسمعوا أيضاً أنه يُسمى DMARD للاختصار.
- عادة ما يتمّ تناوله **كقرص**، ولكن يمكن أيضًا أن يكون **حقنة.**
- يستغرق **وقتًا** للعمل - قد لا تشعروا بالتحسن لمدة **6-12 أسبوعًا.**
- يُستخدم أيضًا في حالة **الصدفية الجلدية** المرتبطة بـ PsA.

التركيز على الحقائق

يمكن أن تكون الخرافات حول الميثوتريكسات عوائق أمام العلاج. تساعد معرفة الحقائق الأشخاص على الالتزام بعلاجهم وتحسين النتائج.

حقيقة	حقيقة	حقيقة	حقيقة
الميثوتريكسات آمن وفعال بجرعات منخفضة لمرض RA و PsA لا يُعتبر علاجًا كيميائيًا عند هذه الجرعات.	يمكن تناول الميثوتريكسات بأمان مع مضادات الالتهاب غير الستيرويدية (NSAIDs).	يمكن إعطاء حقن الميثوتريكسات بأمان ذاتيًا.	يمكن للأشخاص الذين يتناولون الميثوتريكسات لعلاج RA و PsA إجراء اتصال جسدي بأمان مع النساء الحوامل.
خرافة	**خرافة**	**خرافة**	**خرافة**
تُعد الجرعات المنخفضة من الميثوتريكسات علاجًا كيميائيًا.	لا ينبغي أن تؤخذ الميثوتريكسات جنبا إلى جنب مع NSAIDs.	يعتبر الحقن الذاتي للميثوتريكسات غير آمن.	لا يمكن أن يكون الأشخاص الذين يتناولون الميثوتريكسات بالقرب من النساء الحوامل.

الرعاية المستمرة

اختبارات الدم

تُستخدم اختبارات الدم المنتظمة للتحقّق من فعالية العلاج ومراقبة الآثار الجانبية، وقياس وظائف الكلى والكبد، وإجراء تعداد كامل للدم. وبمرور الوقت، تقلّ الحاجة إلى هذه الاختبارات.

المراجعة السريرية

استمروا في المراجعات المنتظمة لمرض كرون. عدد المرات يعتمد على مدى نشاط المرض.

التطعيمات

حافظوا على أخذ لقاحات المكورات الرئوية (pneumococcus) والإنفلونزا بموعدها.

حالات أخرى

ستتمّ مراقبة صحتكم بالنسبة لأمراض القلب وهشاشة العظام وسرطان الجلد، حيث تزداد مخاطر الإصابة بهذه الأمراض مع RA وPsA. يوصى بإجراء فحوصات جلدية سنوية.

الصحة الانجابية

يجب عليكم طلب مشورة من اختصاصي إذا كنتم تخططون لإنجاب أطفال. يجب على النساء استخدام وسائل منع الحمل أثناء تناول الميثوتريكسات، والتوقف عن استخدام الميثوتريكسات قبل التخطيط للحمل بثلاثة أشهر، وتجنّب الرضاعة الطبيعية أثناء تناول الميثوتريكسات.

NPS MEDICINEWISE
Arthritis AUSTRALIA
Australian Rheumatology Association

تناول جرعة منخفضة من ميثوتريكسات

شاركوا خطة العلاج هذه مع فريق الرعاية الصحية الخاص بكم لمساعدتكم في تحقيق أهدافكم العلاجية.

متى أتناول أدويتي

	متى	يوم الأسبوع	الجرعة ملغ
ميثوتريكسات	**مرة في الأسبوع**		
حمض الفوليك *يمكن أن يساعد تناول حمض الفوليك في تقليل الآثار الجانبية للميثوتريكسات*	في أيام مختلفة من الأسبوع من الميثوتريكسات		

الموعد التالي للمراجعة: _____

الأدوية الأخرى التي أتناولها لعلاج RA أو PsA

- أدوية *DMARDs الأخر _____
- الستيرويدات (على سبيل المثال، بريدنيزون) _____
- الأدوية المضادة للالتهابات _____
- مسكنات الآلام _____
- أخرى _____

ملاحظات/مشورة _____

* الأدوية المضادة للروماتيزم المعدّلة للأمراض، بما في ذلك الأدوية البيولوجية والأدوية المستهدفة

الآثار الجانبية للميثوتريكسات

مثل جميع الأدوية، قد يسبب الميثوتريكسات آثارًا جانبية.

تشمل الآثار الجانبية الأكثر شيوعًا:

- الغثيان والقيء والإسهال
- قرحة الفم
- زيادة حساسية الجلد للشمس.
- التعب والصداع والشعور بالارتباك.

تحدثوا إلى طبيبكم إذا كنتم قلقين. يمكن تقليل الآثار الجانبية عن طريق تناول الميثوتريكسات مع الطعام أو في المساء.

متى اتصل بطبيبي

بشكل عاجل

إذا أصبت بأي التهابات جديدة. تشمل علامات الالتهاب الحمى والاحمرار أو الألم في الجلد أو جروح.

إذا عانيت من صعوبات في التنفس و/أو سعال جاف.

في أسرع وقت ممكن

إذا كنت أعاني من نوبة تهيّج. في غضون ذلك، سأبدأ خطة عمل متعلّقة بالتهيّج خاصة بي.

nps.org.au/bdmards/rheumatological-conditions.

بانتظام

تحديد مواعيد للاختبارات الروتينية لمراقبة مرضي وأدويتي.

التأكد من أنني أحصل على لقاحاتي بموعدها وأطلب المشورة بشأن لقاحات السفر.

إذا كنت أتناول أدوية أخرى أو أخطط لأخذها، بما في ذلك الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية والأدوية العشبية والعلاج الطبيعي.

معلومات إضافية

Arthritis Australia (arthritisaustralia.com.au) (myRA.org.au)

معلومات للمرضى **للجمعية الأسترالية لأمراض الروماتيزم** (rheumatology.org.au)

- ميثوتريكسات
- الحقن الذاتي بجرعة منخفضة من الميثوتريكسات
- فيديو عن كيفية حقن الميثوتريكسات بأمان

NPS MedicineWise (nps.org.au/managing-ra)



قوموا بتنزيل تطبيق MedicineWise app لتتبّع أدويتكم والوصول إلى المعلومات الصحية مثل نتائج فحص الدم. (medicinewiseapp.com.au)

رقم خط NPS Medicines: **1300 633 424**

+ قطاع الرعاية الصحية

مساعدة المستهلكين والمهنيين الصحيين على اتخاذ قرارات علاجية آمنة وحكيمة بشأن الأدوية المضادة للروماتيزم المعدّلة للأمراض البيولوجية (bDMARDs) والأدوية المتخصصة الأخرى. بتمويل من دائرة الصحة بالحكومة الأسترالية من خلال مِنحة برنامج القيمة في وصف bDMARDs.

NPS MEDICINEWISE

Arthritis AUSTRALIA

Australian Rheumatology Association

© 2021 NPS MedicineWise. مستقلة. غير هادفة للربح. قائمة على الأدلة. الرقم التجاري الأسترالي (ABN) 393 034 082 61. يتمّ بذل العناية المعقولة لتوفير معلومات دقيقة في وقت الإنشاء. هذه المعلومات ليست مخصّصة كبديل للاستشارة الطبية ولا ينبغي الاعتماد عليها حصريًا لإدارة أو تشخيص حالة طبية. تتنصل NPS MedicineWise من كافة المسؤوليات (بما في ذلك الإهمال) عن أي خسارة أو ضرر أو إصابة ناتجة عن الاعتماد على هذه المعلومات أو استخدامها. اقرؤوا إخلاء المسؤولية الكامل. تم النشر في تموز/يوليو 2021.