REUMATOIDNI ARTRITIS

CROATIAN

INFORMATIVNI LIST

Rheumatoid Arthritis

Reumatoidni artritis

Ovaj informativni list je napisan za osobe koje imaju reumatoidni artritis. Na njemu su navedene općenite informacije koje vam mogu pomoći da razumijete kako on može utjecati na vas i zašto je važno rano liječenje. Ovdje je također opisano kako se reumatoidni artritis može kontrolirati i gdje naći više informacija.

Što je reumatoidni artritis?

Reumatoidni artritis (RA) je autoimunološka bolest koja uzrokuje bol i oticanje u zglobovima. Normalna uloga vašeg imunološkog sustava je obrana od infekcija kako bi ste ostali zdravi. Kod autoimunološke bolesti vaš imunološki sustav počinje napadati vaše vlastito zdravo tkivo. Kod RA imunološki sustav napada ovojnicu zgloba prouzrokujući upalu i oštećenje zgloba. RA obično pogađa manje zglobove, poput zglobova u rukama i stopalima. Međutim, i veći zglobovi poput kukova i koljena mogu također biti zahvaćeni.

Koji su simptomi?

Simptomi RA razlikuju se od osobe do osobe.

Najraširenији simptomi su:

- bol u zglobovima, oticanje, bol na dodir
- ukočenost zglobova, pogotovo ujutro
- simetričnost (zahvaćeni isti zglobovi na obje strane tijela).

Što mu je uzrok?

Nije poznato što uzrokuje RA. On je raširenији kod osoba koje puše i/ili kod onih kojima je RA nasljedan u obitelji.

Kako se dijagnosticira?

Vaš će liječnik izvršiti dijagnozu RA na temelju vaših simptoma, fizičkog pregleda i raznih pretraga. Te pretrage mogu uključivati:

- krvne pretrage za upalu
- krvne pretrage za antitijela (proteine koje stvara imunološki sustav tijela). Pretragama za anti-ciklični citrulinirani peptid (anti-CCP) i reumatoidni faktor može se pomoći u dijagnosticiranju RA iako neće svatko tko boluje od RA imati pozitivne nalaze na ta antitijela. Pogledajte informativni list Krvne pretrage za artritis.
- rendgensko snimanje kako bi se vidjelo jesu li vaši zglobovi oštećeni od te bolesti. Na rendgenskom snimku se rijetko vide promjene u ranim stadijima RA.

RA je teško dijagnosticirati i to često uzme duže vremena budući da njegovi simptomi mogu biti slični drugim vrstama artritisa. Ako vaš liječnik sumnja da imate RA, treba vas uputiti reumatologu, liječniku specijalistu za artritis.

Što će biti sa mnom?

Većina osoba koje imaju RA mogu rano utvrđenom dijagnozom i pravilnim liječenjem voditi ispunjen i aktivan život. Međutim, kako će se RA razvijati, razlikuje se od osobe do osobe i nijedna dva slučaja nisu potpuno ista. Mnogi s RA dožive ‘upalna pogoršanja’, tj. razdoblja kada im se zglobovi još više upale i postanu bolniji.
To se može dogoditi bez nekog očiglednog razloga. Nakon takvih ‘upala’ obično slijedi razdoblje kad mjesecima ili čak godinama bude vrlo malo upala. RA može prouzročiti stalno oštećenje i deformaciju zglobova, pogotovo u prvih nekoloko godina od nastajanja te bolesti. Dobra je vijest da se pokazalo da rana dijagnoza i liječenje smanjuju takvu vrstu oštećenja zglobova.

Može li se RA izliječiti?

RA se za sada ne može potpuno izliječiti. Međutim, tijekom proteklih 20 godina liječenje se dramatično poboljšalo uz nove lijekove koje sada iznimno pomažu oboljelim osobama u ranim stadijima RA. Budite podozrivi prema bilo kojem lijeku ili terapijama za koje se tvrdi da mogu izliječiti RA.

Koja liječenja postoje za RA?

Vaš će reumatolog prilagoditi vaše liječenje u odnosu na vaše simptome i težinu vaše bolesti. Ne postoji način da se točno predvidi koja će vrsta liječanja za vas biti najučinkovitija. Vaš će liječnik možda trebati isprobati nekoliko različitih vrsta liječenja prije nego što pronađe ono što je odgovarajuće u vašem slučaju i to može uključivati:

- lijekove kao što su
  - nesteroidni protuupalni lijekovi (NSAID)

Arthritis AUSTRALIA

- kortikosteroidni lijekovi ili injekcije
- anti reumatski lijekovi za usporavanje bolesti (DMARDs)
- biološki protuupalni lijekovi (DMARD).

Za više informacija pogledajte Informacije o lijekovima za pacijente Australskog reumatološkog udruženja ili informativni list *Lijekovi i artritis.*

- Vježbanje kako biste održali zglobove fleksibilnima i mišiće snažnima. Pogledajte informativni list *Vježbanje i RA i Surađivanje s vašim timom za zdravstvenu njegu.*

Što ja mogu poduzeti?

Posjetite reumatologa što god možete prije. Reumatolog može dijagnosticirati RA i pobrinuti se da dobijete odgovarajuće liječenje. Ako imate RA, a još niste otišli kod reumatologa, zamolite svog liječnika da vam da uputnicu. Pogledajte informativni list *Surađivanje s vašim timom za zdravstvenu njegu.*

Educirajte se o RA i preuzmite aktivnu ulogu u svom liječenju. Nisu sve informacije koje pročitate ili čujete pouzdane, stoga se uvijek posavjetujte sa svojim liječnikom ili timom za zdravstvenu njegu o liječenju koje namjeravate probati.

Pouzdani izvori gdje možete naći više informacija navedeni su pri dnu stranice. Tečajevi o samokontroli pomoći će vam razviti vještine kako biste mogli biti aktivno uključeni u svoju zdravstvenu njegu.

Obratite se svom lokalnom Uredu za artritis za pojedinosti o ovim tečajevima.

Naučite kako kontrolirati bol. Pogledajte informativni list *Kako se nositi s bolovima.*

Vodite zdrav život. Ostanite fizički aktivni, hranite se zdravo, prestanite pušiti i smanjite stres kako biste poboljšali svoje opće zdravlje i dobrobit. Pogledajte informativni list *Vježbanje i RA i Zdrava prehrana.*

Naučite kako zaštiti svoje zglobove i kako se nositi s umorom. Pogledajte informativni list *Zamor i artritis.*

Prihvatite kako se osjećate i zatražite pomoć. Budući da se RA za sada ne može potpuno izliječiti, a može negativno utjecati na mnoge stvari u vašem životu, normalno je da osjećate strah, frustriranost, da budete tužni, a ponekad i ljuti. Budite svjesni ovih osjećaja i zatražite pomoć ako oni počnu negativno utjecati na
vaš svakodnevni život. Pogledajte informativni list *Artritis i osjećaji.*

OBRATITE SE SVOM LOKALNOM UREDU ZA ARTRITIS ZA VIŠE INFORMATIVNIH LISTOVA O ARTRITISU.

Za svoj mjesni Artritis ured:
Nazovite 1800 011 041
www.arthritisaustralia.com.au

abbvie
Produced with the support of AbbVie

© Copyright Arthritis Australia 2019. Revidirano u prosincu 2017. Izjava o nesnošenju odgovornosti (Disclaimer): Ovaj list izdaje Arthritis Australia samo u informativne svrhe i ne bi se smio koristiti umjesto liječničkog savjeta. Izvor: Kompletan popis referenci korištenih za pisanje ovog informativnog lista na raspolaganju je u vašem mjesnom Artritis uredu. Pripremi ovog informativnog lista doprinijele su sljedeće organizacije: Australska udruga reumatologa (Australian Rheumatology Association), Australska mreža liječnika opće prakse (Australian General Practice Network), Australska udruga fizikalnih terapeuta (Australian Physiotherapy Association), Australska udruga aktivnih medicinskih sestara (Australian Practice Nurses Association), Australsko društvo farmaceuta (Pharmaceutical Society of Australia) i Australsko kraljevski koledž liječnika opće prakse (Royal Australian College of General Practitioners). Australska vlada je dala početnu financijsku potporu realizaciji ovog projekta.