Artrite reumatoide

Rheumatoid arthritis (Italian)

Questa scheda informativa si rivolge alle persone affette da artrite reumatoide. La scheda contiene informazioni generali per aiutarvi a comprendere gli effetti che il disturbo potrebbe avere su di voi e perché un trattamento precoce è importante. Questa scheda spiega inoltre cosa potete fare per tenere sotto controllo l'artrite reumatoide.

Cos'è l'artrite reumatoide?

L'artrite reumatoide (AR) è una malattia autoimmunitaria che provoca dolore e gonfiore alle articolazioni. Il normale ruolo del sistema immunitario dell'organismo è di combattere le infezioni per tenervi sani. In presenza di una malattia autoimmunitaria, il sistema immunitario inizia ad attaccare i vostri tessuti sani. In presenza dell'artrite reumatoide, il sistema immunitario prende di mira il rivestimento delle articolazioni, causando infiammazione e danni alle articolazioni interessate. Di solito l'artrite reumatoide colpisce le articolazioni minori, come quelle delle mani e dei piedi. Tuttavia, possono esserne colpite anche le articolazioni maggiori come quelle dell'anca e delle ginocchia.

Quali sono i sintomi?

I sintomi dell'artrite reumatoide variano da persona a persona. I sintomi più comuni sono:

- articolazioni dolenti, gonfie e sensibili al tatto
- rigidità delle articolazioni, soprattutto al mattino
- dolore simmetrico (vengono colpite le stesse articolazioni su entrambi i lati del corpo).

Quali sono le cause della malattia?

Non si conoscono le cause dell'artrite reumatoide. La malattia è più comune tra chi fuma e/o chi ha precedenti di artrite reumatoide in famiglia.

Come viene diagnosticata?

Il medico diagnosticherà l'artrite reumatoide in base ai vostri sintomi e a seguito di una visita medica e di varie analisi.

Queste possono comprendere:

- analisi del sangue per l'infiammazione
- analisi del sangue per gli anticorpi (proteine prodotte dal sistema immunitario corporeo) Fare test per l' anti-peptide ciclico citrullinato (anti-CCP) e il fattore reumatoide può aiutare a diagnosticare l'artrite reumatoide, sebbene non tutte le persone affette da artrite reumatoide risultino avere questi anticorpi. Consultate la scheda informativa *Blood test for arthritis* (analisi del sangue per l'artrite). Disponibile solo in inglese.
- radiografie per vedere se le vostre articolazioni sono danneggiate dalla malattia. Cambiamenti rilevati dalla radiografia sono rari nelle prime fasi dell'artrite reumatoide.

Può essere difficile, e a volte ci vuole del tempo, per diagnosticare l'artrite reumatoide in quanto i sintomi possono essere simili a quelli di altri tipi di artrite. Se il medico sospetta che avete l'artrite reumatoide, dovrebbe segnalarvi a un reumatologo, cioè a uno specialista in artrite.

Cosa mi accadrà?

Con una diagnosi precoce e il giusto trattamento, la maggior parte delle persone affette da artrite reumatoide può condurre una vita attiva ed appagante. Tuttavia, l'andamento dell'artrite reumatoide varia e non accade mai che due casi siano esattamente uguali. Molte persone affette da artrite reumatoide accusano 'attacchi acuti', durante i quali le articolazioni diventano più infiammate e più dolenti. Tali attacchi possono manifestarsi senza alcuna causa apparente. Gli 'attacchi acuti' sono comunemente seguiti da mesi o persino anni in cui vi è scarsa infiammazione. L'artrite reumatoide può causare danni permanenti alle articolazioni e deformità soprattutto nei primi anni della malattia. Di positivo c'è che è stato dimostrato che una diagnosi precoce e il giusto trattamento limitano questo tipo di danno alle articolazioni.

Esiste una cura per l'artrite reumatoide?

Attualmente non esiste una cura per l'artrite reumatoide. Tuttavia, i trattamenti sono migliorati in misura notevole nell'arco degli ultimi 20 anni grazie a nuovi farmaci che sono estremamente utili per le persone alle prese con le prime fasi

dell'artrite reumatoide. Diffidate di prodotti o terapie che asseriscono di potere curare l'artrite reumatoide.

Quali trattamenti vi sono per l'artrite reumatoide?

Il reumatologo formulerà un trattamento su misura in base ai vostri sintomi e alla gravità dei vostri disturbi.

Non vi è modo di prevedere esattamente quale trattamento darà i risultati migliori per voi.

Il medico potrebbe dover provare diversi trattamenti prima di trovare quello che fa per voi e tali trattamenti potrebbero includere:

- farmaci quali:
  - farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS)
  - farmaci o iniezioni corticosteroidi
  - farmaci antireumatici modificanti la malattia (DMARD)
  - DMARD biologici.

Per maggiori informazioni, consultate la scheda informativa intitolata Medicines and arthritis (farmaci ed artrite).

- attività fisica, per tenere le articolazioni flessibili e i muscoli forti. Potreste trovare utile interpellare un fisioterapista per ricevere consigli. Consultate le schede informative intitolate *Exercise and RA* (attività fisica e artrite reumatoide, disponibili solo in inglese, e *Working with your healthcare team* (collaborare con il team sanitario).

Cosa posso fare?

Farvi visitare da un reumatologo quanto prima.

Un reumatologo può diagnosticare l'artrite reumatoide e formulare per voi il giusto trattamento. Se avete l'artrite reumatoide e non vi siete fatti visitare da un reumatologo, chiedete al medico di famiglia di darvi un'impegnativa (il cosiddetto "referral"). Consultate la scheda informativa intitolata *Working with your healthcare team* (collaborare con il team sanitario).

Informatevi sull'artrite reumatoide e svolgete un ruolo attivo nel vostro trattamento. Non tutte le informazioni che leggete o sentite sono attendibili e pertanto dovete sempre parlare al medico o al team sanitario dei trattamenti cui avete intenzione di sottoporvi. Fonti attendibili di ulteriori informazioni sono elencate nella sezione che segue. Corsi di autogestione della propria salute mirano ad aiutarvi ad acquisire le conoscenze per essere attivamente coinvolti nella vostra assistenza sanitaria. Rivolgetevi al più vicino Arthritis Office per i particolari di tali corsi.

Imparate modi di tenere sotto controllo il dolore. Consultate la scheda informativa intitolata *Dealing with pain* (come gestire il dolore).

Conducete una vita sana. Rimanete fisicamente attivi, seguite una dieta sana, smettete di fumare e riducete lo stress per favorire la vostra salute e il vostro benessere generale. Consultate le schede informative intitolate Exercise and RA (attività fisica e artrite reumatoide) che è disponibile solo in inglese e Healthy eating and physical activity (mangiare sano e attività fisica).

Imparate a proteggere le vostre articolazioni e a far fronte alla stanchezza. Consultate la scheda informativa intitolata *Saving energy* (risparmiare energia). Disponibile solo in inglese.

Prendete atto delle vostre sensazioni e richiedete assistenza. Poiché attualmente non esiste una cura per l'artrite reumatoide e tale malattia può incidere su molti aspetti della vostra vita, è naturale provare paura, frustrazione, tristezza e talvolta rabbia. Siate consci di tali sensazioni e ottenete aiuto se cominciano ad avere ripercussioni sulla vostra vita quotidiana. Consultate la scheda informativa *Arthritis and emotions* (artrite ed emozioni). Disponibile solo in inglese.

RIVOLGETEVI AL PIÙ VICINO ARTHRITIS OFFICE PER ULTERIORI SCHEDE INFORMATIVE SULL'ARTRITE.

Informatevi sull'artrite reumatoide e sulle opzioni terapeutiche a vostra disposizione. Fatevi visitare da un reumatologo quanto prima.

© Copyright Arthritis Australia 2007. Revisione maggio 2015. **Fonti:** Un elenco completo della bibliografia usata per realizzare questa scheda informativa è disponibile presso il più vicino Arthritis Office. L'Australian General Practice Network, l'Australian Physiotherapy Association, l'Australian Practice Nurses Association, la Pharmaceutical Society of Australia e il Royal Australian College of General Practitioners hanno contribuito alla realizzazione della presente scheda informativa. Questo progetto è sussidiato dalle sovvenzioni del governo australiano, Ministero della Sanità.

Il più vicino Arthritis Office dispone di informazioni e di iniziative educative e di supporto per le persone affette da artrite.

Numero verde 1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

Clausola esonerativa: La presente scheda informativa è pubblicata da Arthritis Australia a soli scopi informativi e non deve essere usata in luogo di pareri medici.