РЕВМАТИЧЕН АРТРИТИС

MACEDONIAN

ИНФОРМАТИВЕН ЛИСТ

Rheumatoid Arthritis

Ревматичен артритис

Овој лист е напишан за луѓето заболени од ревматичен артритис. Листот содржи општи информации што ќе ви помогнат да сфатите како може да бидете засегнати и зошто е важно навременото лекување. Овој лист исто така го опфаќа и тоа што може да го направите вие за да се справите со ревматичниот артритис, и каде да се обратите за дополнителни информации.

Што е тоа ревматичен артритис?

Ревматичниот артритис (РА) е автоимуно заболување што предизвикува болка и отоци во зглобовите. Нормалната улога на имуниот систем на вашето тело е да се бори против инфекции за да го зачува вашето здравје. При автоимуните заболувања, вашиот имун систем почнува да ги напаѓа вашите сопствени здрави ткива. При РА, имуниот систем ја напаѓа облогата на зглобовите предизвикувајќи воспаление и оштетување на зглобот. РА обично ги напаѓа помалите зглобови, на пример, зглобовите на дланките и на стапалата. Меѓутоа, може да бидат зафатени и поголемите зглобови, како оние на колковите и на колената,

Кои се симптомите?

Симптомите на РА се разликуваат од еден до друг човек. Најчестите симптоми се:

- болка во зглобовите, оток и чувствителност при допир
- вкочанетост на зглобовите, особено наутро
- засегнати се симетричните зглобови (истите зглобови од двете страни на телото).

Што го предизвикува?

Не се знае што го предизвикува РА. Почест е кај луѓето што пушат и/или што имаат семејна историја на РА.

Како се дијагностицира?

Вашиот лекар ќе го дијагностицира РА според вашите симптоми, преку телесен преглед и преку разни проверки. Тие може да вклучуваат:

- проверка на крвта за да се открие воспаление
- проверки на крвта заради наоѓање на антитела (белковини што ги произведува имуниот систем на телото). Проверката на антицикличниот цитрулиниран пептид (anti-CCP) и на ревматскиот фактор може да помогне да се дијагностицира РА, иако не мора да значи дека сите луѓе што имаат РА ќе бидат позитивни при проверката на овие антитела. Видете во информативниот *лист Проверки на крвта поради артритис*.
- рентгенско снимање за да се види дали зглобовите ви се оштетени од заболувањето. Во раните фази на РА ретко има промени што се видливи на рентгенски снимки.

Дијагностицирањето на РА може да биде тешко и често трае долго време, бидејќи симптомите може да бидат слични на други типови на артритис. Ако вашиот лекар се сомнева дека имате РА, треба да ве упати до ревматолог, лекар што е специјализиран за артритис.

Што ќе се случи со мене?

Со навремено дијагностицирање и соодветно лекување, повеќето луѓе со РА може да живеат исполнет и активен живот. Меѓуота, напредувањето на РА е различно и нема два сосем исти случаја. Многу луѓе со РА имаат „напади“, периоди кога зглобовите им се повоспалени и повеќе ги болат. Тоа се случува без некоја очигледна причина. По „нападите“ обично следуваат месеци, па дури и години во кои воспалувањето е сосем мало. РА може да предизвика трајно оштетување и деформирање на зглобовите, особено во првите неколку години откако сте заболеле. Добра вест е дека раното дијагностицирање и лекување обично го ограничува таквото оштетување на зглобовите.

Arthritis AUSTRALIA

Има ли лек за РА?

Засега нема лек за РА. Меѓутоа, лекувањето многу се подобри во текот на изминатите 20 години и сега има нови лекови што исклучително многу им помагаат на луѓето со рани фази на РА. Бидете претпазливи во однос на какви и да било производи или терапии што тврдат дека можат да ве излекуваат од РА.

Какви начини на лекување на РА постојат?

Вашиот ревматолог ќе го приспособи вашето лекување кон вашите симптоми и кон сериозноста на вашата состојба. Не постои начин точно да се предвиди кој третман ќе дејствува најдобро кај вас. Може вашиот лекар ќе треба да испроба неколку различни третмани пред да го најде тој што е соодветен за вас, а тоа може да вклучува:

- лекови, на пример
  - нестероидни лекови против воспаленија (NSAIDs)
  - кортикостероидни апчиња или инјекции
  - антиревматски лекови што ја модифицираат болеста (DMARDs)
  - биолошки DMARDs.

За повеќе информации, видете под Информации за пациентот во врска со лековите од Австралиското здружение за ревматологија или во информативниот лист *Лековите и артритисот*.

- вежби за да се зачуваат зглобовите подвижни, а мускулите силни. Погледнете во информативните листови *Вежбањето и РА и Соработка со вашиот тим за здравствена нега.*

Што можам да направам јас?

Појдете кај ревматолог колку што е можно поскоро. Ревматологот може да го дијагностицира РА и да осигури дека го добивате соодветното лекување. Ако имате РА а не сте биле кај ревматолог, побарајте упат од вашиот лекар. Погледнете го информативниот лист *Соработка со вашиот тим за здравствена нега.*

Дознајте повеќе за РА и играјте активна улога во вашето лекување. Не мора да значи дека сите информации што ќе ги прочитате или ќе ги слушнете се веродостојни, па затоа секогаш поразговарајте со вашиот лекар или со тимот за здравствена нега за начините на лекување што размислувате да ги пробате.

Сигурни извори на натамошни информации исто така се наведени најдолу на оваа страница. Курсевите за самоуправување со заболувањето имаат цел да ви помогнат да развиете вештини и способности за да бидете активно вклучени во вашата здравствена нега. Јавете се во вашата локална Канцеларија за артритис за да ги дознаете поединостите за таквите курсеви.

Научете ги начините за справување со болката. Погледнете го информативниот лист Справување со болката.

Живејте на здрав начин. Останете физички активни, хранете се здраво, престанете да пушите и намалете го стресот за да си ги подобрите општото здравје и добросостојба. Погледнете ги информативните листови *Вежбањето и РА и Здрава исхрана.*

Научете како си ги заштитите зглобовите и да се справувате со заморот. Погледнете го информативниот лист *Заморот и артритисот*.

Признајте ги вашите чувства и побарајте поддршка. Бидејќи засега нема начин да се излекува РА, а тој може да влијае на многу области од вашиот живот, природно е да се чувствувате исплашено, обесхрабрено, тажно, а понекогаш и гневно. Бидете свесни за таквите чувства и побарајте помош ако тие чувства почнат да влијаат врз вашиот секојдневен живот. Погледнете го информативниот лист *Артритисот и чувствата.*

ЈАВЕТЕ СЕ ВО ВАШАТА ЛОКАЛНА КАНЦЕЛАРИЈА ЗА АРТРИТИС ЗА ПОВЕЌЕ ИНФОРМАТИВНИ ЛИСТОВИ ЗА АРТРИТИСОТ

За вашата локална канцеларија на организацијата Arthritis:
Телефонирајте на 1800 011 041
www.arthritisaustralia.com.au

abbvie
Produced with the support of AbbVie

© Авторски права: Arthritis Australia 2019 г. Прегледано во декември 2017 г. Оградување: Организацијата Arthritis Australia го објавува овој информативен лист само за информативна намена и тој не треба да се користи како замена за совет од здравствен работник. Извор: Целосен список на информативните материјали што беа користени за да се напише овој лист може да се најде во вашата локална канцеларија на Arthritis. Следните организации придонесоа кон изработката на овој информативен лист: Австралиското здружение за ревматологија (Australian Rheumatology Association), Австралиската мрежа на општи лекари (Australian General Practice Network), Австралиското здружение за физикална терапија (Australian Physiotherapy Association), Австралиското здружение на медицински сестри во здравството (Australian Practice Nurses Association), Австралиското фармацевтско здружение (Pharmaceutical Society of Australia) и Австралискиот кралски колеџ за општи лекари (Royal Australian College of General Practitioners). Појдовните финансиски средства за поддршка на овој проект ги обезбеди австралиската влада.