

آرتريت



تهیه کننده :

واحد آموزش سلامت به بیمار و خانواده

1404

* آرتريت كودكى و نوجوانى چيست؟

آرتريت نوجوانى كه به آن آرتريت روماتيسمى هم گفته مى شود، وضعيتى است كه عامل ايجاد التهاب در مفصل هاى كودكان و نوجوانان زير 16 سال مى شود. علت آرتريت در كودكان مشخص نيست در برخى از موارد يك عامل محيطى مانند ويروس مى تواند آغازگر آرتريت كودكان باشد كه داراى ژن هاى خاص هستند كه آن ها را مستعد ابتلا به اين بيمارى مى كند. آرتريت در كودكان مسرى نيست بنابراين كودكان بيمارى را از فرد ديگرى نمى گيرند.

اين وضعيت يك بيمارى خودايمنى است، سيستم ايمنى به سلامت فرد و سلول هاى بدن او حمله مى كند. (سيستم ايمنى در حالت طبيعى به سلول هاى خارجى وارد شده به بدن حمله مى كند اما در بيمارى خودايمنى خود سلول هاى بدن مجرم محسوب مى شوند).

در مفصل مبتلا درد مداوم – ورم - سفتى و كاهش حركت وجود دارد و در نتيجهت كودك دچار بيمارى مى شود. در بيمارى خودايمنى؛ بسته به نوع آن؛ گاهى اوقات فقط پوست از قسمت داخل ملتهب مى شود و نهايتاً باعث بد شكل شدن مفصل و يا التهاب چشمى مى شود. گاهى اوقات با بثورات پوستى همراه مى باشد.

* علل ايجاد آرتريت :

1- عوامل ژنتيكي

2- عوامل محيطى مثل ويروس ها

* راه هاى تشخيص :

- آزمایش خون
- آزمایش ادرار
- بررسي سابقه بيمارى ها
- آزمایش برای عوامل روماتيسمى
- نمونه بردارى
- MRI
- آزمایش مغز استخوان

* علائم آرتريت روماتيسمى :

- 1- درد يا مشكلات در راه رفتن
- 2- ورم مفاصل در زانو كه ممكن است به قسمت هاى ديگر هم انتشار پيدا كند.
- 3- سفتى مفصل كه عاملى برای زمين گير شدن كودكان مى باشد كه در اول صبح اتفاق مى افتد.
- 4- تب – قرمزى پوست كه هنگام عصر شدت پيدا مى كند.
- 5- تورم غدد لنفاوى
- 6- قرمزى چشم و درد چشم - تارى ديد - خارش چشم - سوزش چشم - احساس جسم خارجى در چشم

*درمان آرتریت نوجوانی :

هدف از درمان این بیماری این است که کودکان بتوانند فعالیت خود را تا حد طبیعی انجام دهند و از عوارض زود یا دیر هنگام جلوگیری شود. (مثل کاهش بینایی- کوتاهی اندام ها و ...) بسته به محل درگیری

* مصرف غذای سالم :

غذاهای سالم حاوی روغن های امگا مثل ماهی- روغن زیتون- غذاهای سرشار از فیبر- سبزیجات سبز، میوه و سرلاک که برای کودکان مفید است.

*نگهداشتن وزن روی سطح متناسب :

این کودکان باید تحت مراقبت باشند و دچار افزایش وزن نشوند زیرا فشار بیشتری به مفاصل آن ها وارد می گردد.

* دوری از استرس

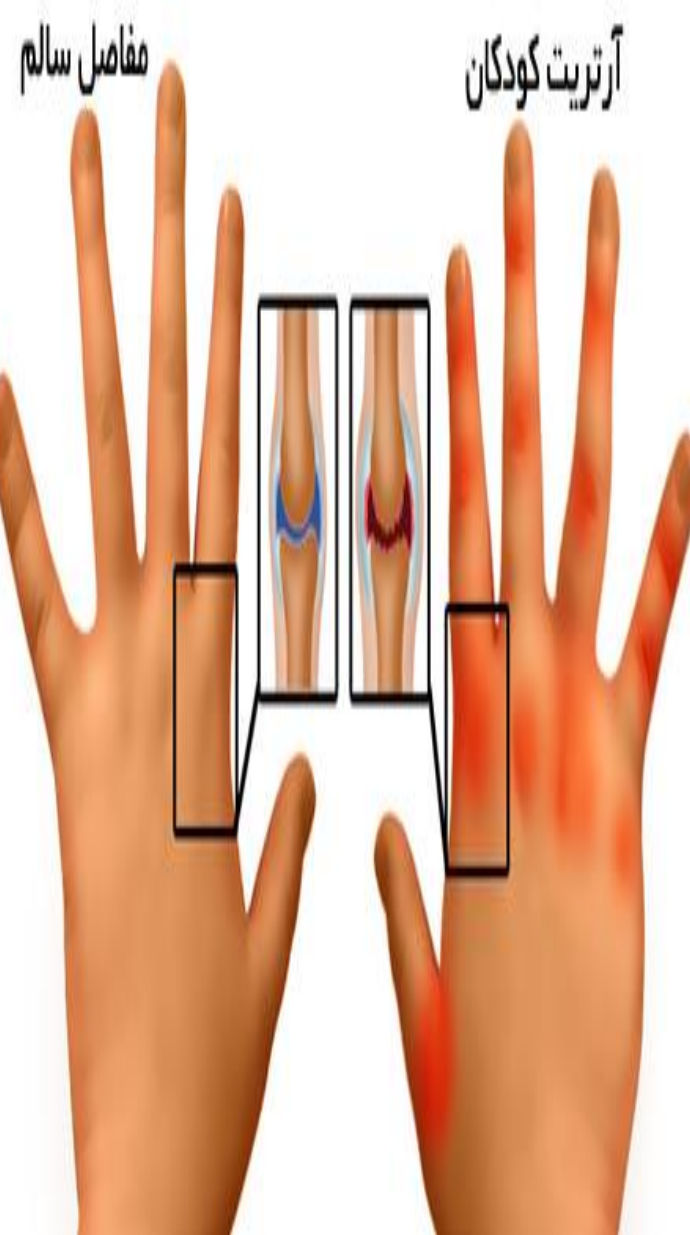
نوجوانان زیر 16 سال بیش از بقیه در معرض افسردگی

هستند مخصوصاً زمانی که به بیماری دچار باشند و درد بکشند. سپس حتماً باید مراقب وضعیت روحی روانی آن ها باشید.

* گرم نگه داشتن مفاصل و حفظ فعالیت آن ها در درمان آرتریت موثر است.

* استفاده از داروهای تجویزی به موقع انجام شود .

1. پرهیز از غذاهایی که چربی و کلسترول زیاد دارند. استفاده از رژیم غذایی سالم مثل لبنیات – فیبر و میوه و سبزیجات و گوشت سفید
2. ورزش منظم انجام دهید که سلامت کلی بدن را افزایش می دهد.
3. کمپرس سرد یا گرم برای بهبود درد پیشنهاد می شود.
4. مصرف داروها به طور منظم
5. مراجعه منظم به پزشک
6. ماساژ مفاصل به کمک یک ماده روغنی نیز در کاهش درد آرتریت در کودکان کمک کنند.
7. در برخی کودکان بصورت موقت از اتل و کاهش حرکت مفصل استفاده می شود.



منبع : مارلو و وونگ و زیر نظر دکتر محبوبی
فوق تخصص روماتولوژی