



| تاریخ |
|---------|
| ۱۷ |
| آذر |
| ۱۴۰۱ |
| پنجشنبه |

روماتیسم یا اختلالات روماتیسمی یک گروه بیماریهای هستند که باعث درد مزمن ، غالباً متناوب وعود کننده در مفاصل می شوند و علاوه بر مفاصل بافت همبند بیمار نیز گرفتار می شود. اصطلاح بیماری های روماتیسمی برای اختلالات بافت همبند استفاده می‌شود.روماتولوژی در واقع یکی از فوق تخصص های پزشکی است که به بررسی تشخیص و درمان بیماری‌های بافت همبند و روماتیسم می‌پردازد.

انواع بیماری های روماتیسمی چیست؟

۱- اختلالات روماتیسمی : دردهای مزمن و متناوب (از جمله درد مفاصل دستها و پاها ، گردن و کمر) به علت بیماریهای عفونی ایجاد می‌شوند. مانند بیماری لایم (در آمریکا شایع است). کوکسیدیومیکوز یا تب ره (در غرب ایالات متحده) و چیکونگونیا در هند ، آفریقا و آمریکای جنوبی ، علت گرفتاری و تورم مفصل یا آرتریت در این گونه بیماری های عفونی در واقع واکنش بدن نسبت به عامل عفونی است و مهمترین بیماری این گروه که در ایران کاملاً شناخته شده و شایع است آرتریت بعد از گلو درد چرکی نوع استرپتوکوکی است که تب روماتیسمی نامیده می شود.

۲- التهاب مفصل روماتیسمی یا آرتریت روماتوئید یا Rheumatoid arthritis :

آرتریت روماتوئید یک اختلال التهابی مزمن است که می تواند چندین مثل یک فرد را درگیر کند. در برخی از افراد ، این بیماری می تواند به هر قسمت از بدن که بافت همبند دارد حمله کند ، مثلا به پوست ، چشم ها ، ریه ها ، قلب و رگ های خونی آسیب برساند.

آرتریت روماتوئید یک بیماری خود ایمنی است و زمانی اتفاق می افتد که سیستم ایمنی بدن بافت های سالم را بیگانه می پندارند و به آنها حمله می کند و میخواهد آنها را از بین ببرد .

برخلاف استئوآرتریت ، یا آرتروز که در اثر ساییده شدن مفصل و افزایش سن به وجود می آید ، آرتریت روماتوئید باعث التهاب و تورم دردناک مفاصل می شود و در نهایت می تواند منجر به تخریب مفاصل و تغییر شکل مفصلی شود. همچنانکه قبلا گفتیم آرتریت روماتوئید علاوه بر مفاصل ، می تواند به سایر قسمت های بدن آسیب برساند. آرتریت روماتوئید شدید می تواند باعث ناتوانی های جسمی شود.

علائم روماتیسم چیست؟

علائم و نشانه های آرتریت روماتوئید عبارتند از: مفاصل گرم و متورم که هنگامی که آنها را فشار می‌دهیم یا لمس می‌کنیم در نوکند که در اصطلاح پزشکی میگویند مفاصل حساس Tender هستند.

درد های مفصلی معمولا در صبح ها بدتر می شود و این بیماران معمولاً خشکی صبحگاهی دارند. یعنی هنگامی که از خواب برمی خیزند ، مفاصل این جمله گردن و کمر این بیماران خشک و دردناک است و مدتی طول میکشد تا این خشکی برطرف شود و به تدریج بیمار گرم شود و بتواند حرکت کند. این پدیده را خشکی صبحگاهی می نامند.

علاوه برعلائم فوق بیمار ممکن است خستگی تب و کاهش اشتها داشته باشد.

آرتریت روماتوئید در مراحل اولیه، ابتدا مفاصل کوچکتر به ویژه مفاصل انگشتان دست و پا را گرفتار می کند. با پیشرفت بیماری ، در اندام های فوقانی به میچ دست، آرنج، شانه ها و در اندام های تحتانی زانوها می پا، مفاصل ران گسترش می یابد. در اغلب موارد، علائم در مفصل هر دو طرف راست و چپ به طور قرینه رخ می دهد.

حدود ۴۰ درصد از افرادی که آرتریت روماتوئید دارند، علائم و نشانه‌های غیر مفصلی دارند. مناطقی که ممکن است تحت تاثیر قرار گیرند عبارتند از:۱-چشم ۲-پوست۳- ریه ۴ - قلب ۵- کلیه ۶- غدد بزاقی ،۷- بافت عصبی ۸- مغز استخوان ۹-عروق خونی.

علائم آرتریت روماتوئید ممکن است در در افراد و زمان های مختلف شدت متفاوت داشته باشد. دوره های افزایش فعالیت بیماری، به نام شعله ور شدن یا Flare و در دوره هایی بهبودی نسبی – کم شدن تورم دیده می‌شوند. گاهی درد مفصل به طور دوره ای می آید و می‌رود. گاهی مدتها ناپدید می شود. با گذشت زمان، آرتریت روماتوئید می تواند باعث تغییر شکل مفاصل شود.

علل آرتریت روماتوئید (روماتیسم) چیست؟

همان طور که گفته شد ، آرتریت روماتوئید یک بیماری خود ایمنی است. به طور معمول ، سیستم ایمنی بدن به محافظت از بدن در برابر عفونت و بیماری ها کمک می کند. در آرتریت روماتوئید، سیستم ایمنی بدن بیمار به بافت سالم مفاصل حمله می کند. در این بیماری سیستم ایمنی می‌تواند به بافت‌های دیگر حمله کند به همین جهت می تواند باعث گرفتاری قلب ، ریه ها ، اعصاب ، چشم ها و پوست بیمار شود.

پزشکان نمی دانند چه چیزی این روند را آغاز می کند ، اما یک عامل ژنتیکی درمیان است یعنی سیستم ایمنی بدن در یک زمانی فراموش می کند که بافت خودی را از بیگانه تشخیص دهد.

عوامل خطر یا ریسک فاکتور Risk Factor

عواملی که ممکن است خطر ابتلا به آرتریت روماتوئید را افزایش دهند

روماتیسم چیست؟



عبارتند از:

۱- جنسیت : زنان بیشتر از مردان به آرتریت روماتوئید مبتلا می شوند.
۲- سن: آرتریت روماتوئید می تواند در هر سنی رخ دهد ، اما بیشتر در سنین میانسالی شروع می شود.

۳- سابقه خانوادگی : اگر یکی از اعضای خانواده به آرتریت روماتوئید مبتلا باشد ، ممکن است خطر ابتلا به این بیماری در افراد دیگر خانواده افزایش یابد.

۴- سیگار کشیدن : سیگار کشیدن خطر ابتلا به آرتریت روماتوئید را افزایش می دهد ، به خصوص اگر بیمار دارای استعداد ژنتیکی برای ابتلا به این بیماری باشد.همچنین به نظر می رسد در افرادی که سیگار می‌کشند بیماری شدت بیشتری دارد.

۵- اضافه وزن : افرادی که دارای اضافه وزن هستند در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به آرتریت روماتوئید قرار دارند.

عوارض آرتریت روماتوئید یا روماتیسم :

آرتریت روماتوئید خطر ابتلا به بیماری‌های زیر را افزایش می دهد:

۱- پوکی استخوان : خود آرتریت روماتوئید ، و همچنین با برخی از داروها که برای درمان آرتریت روماتوئید استفاده می شود (از قبیل پردنیزولون) ، می تواند خطر پوکی استخوان را افزایش دهد. یعنی استخوان های بیمار را ضعیف و متخلل و شکننده می شود و آنها را مستعد شکستگی می کند.

۲- ندول ها یا گره های روماتوئید : این برجستگی های بافتی معمولا در اطراف نقاط فشار ، مانند آرنج ها تشکیل می شوند و در لمس قوام محکم دارند. باید توجه داشت که این گره ها می توانند در هر نقطه از بدن ، از جمله قلب و ریه ها تشکیل شوند.

۳- خشکی چشم و دهان : افرادی که به آرتریت روماتوئید مبتلا هستند، بسیار بیشتر دچار سندرم شوگرن می شوند ، در این سندرم یا اختلال ، میزان ترشح بزاق اشک کاهش می‌یابد یعنی رطوبت چشم و دهان کم می شود و چشم و دهان خشک می شود.

۴- عفونت ها : خود آرتریت روماتوئید و بسیاری از داروهایی که برای درمان آن استفاده می شود می تواند سیستم ایمنی بدن را مختل کرده و منجر به افزایش عفونت شوند. بنابراین به بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید توصیه می شود که برای جلوگیری از بیماری های عفونی از قبیل آنفلوانزا ، ذات الریه ، زونا و COVID-۱۹ واکسیناسیون خود را محافظت کنند.

۵- نسبت چربی به توده بدن چربی عضلانی بدن : اغلب در افرادی که به آرتریت روماتوئید مبتلا هستند ، حتی در افرادی که دارای شاخص توده بدنی طبیعی (BMI) هستند ، بیشتر است.

۶- سندرم تونل کارپ : اگر آرتریت روماتوئید میچ دست بیمار را تحت تاثیر قرار دهد ، التهاب می تواند محل عبور عصب مدیان را تنگ کند این عصب حس بیشتر قسمت های دست و انگشتان بیمار را می‌دهد. در نتیجه بیمار با خواب رفتن و گزگز انگشتان دست هنگام شبها یا موقع رانندگی و تایپ و کار و کامپیوتر مراجعه می کند.

۷- مشکلات قلبی : آرتریت روماتوئید می تواند خطر تنگ شدن و بسته شدن رگهای قلب همچنین التهاب پرده پریکارد که پریکاردیت نامیده می‌شود را افزایش دهد. پرده پریکارد در واقع پرده کیسه مانندای است که دورتاور قلب را فرا گرفته است.

۸- بیماری ریه : افراد مبتلا به آرتریت روماتوئید خطر التهاب و فیبروز در بافت های ریه را افزایش می دهند ، که می تواند منجر به تنگی نفس پیشرونده شود.

۹- لنفوم : آرتریت روماتوئید خطر ابتلا به لنفوم را افزایش می دهد. لنفوم ها در واقع گروهی از سرطان های خون و سیستم لنفاوی هستند.

تشخیص آرتریت روماتوئید چیست؟

تشخیص آرتریت روماتوئید در مراحل اولیه ممکن است دشوار باشد زیرا علائم و نشانه های اولیه بسیاری از بیماری های دیگر تقلید می کند. هیچ آزمایش خون یا یافته فیزیکی برای تأیید تشخیص وجود ندارد. در طول معاینه فیزیکی ، پزشک مفاصل بیمار را از نظر تورم ، قرمزی و گرما معاینه می کند. او همچنین ممکن است رفلکس ها ی وتری و قدرت عضلانی بیمار را بررسی و ارزیابی کند .

آزمایش خون برای تشخیص روماتوئید آرتریت چیست ؟

در افراد مبتلا به آرتریت روماتوئید ، اغلب میزان رسوب گلبول های قرمز (ESR) یا پروتئین واکنش پذیر نوع سی C یا (CRP) بالا می‌رود ، بالا رفتن اینها نشانه وجود یک التهاب در بدن می باشد. برای تشخیص آرتریت روماتوئید آنتی بادی های فاکتور روماتوئید و پپتید آنتی سیترویلنت (آنتی CCP) است.

روماتیسم چیست؟

اگر بخواهیم کمی علمی تر به روماتیسم و علت ابتلا شدن به آن بپردازیم، باید از سیستم دفاعی بدن آغاز کنیم. سیستم دفاعی در حالت عادی در مقابل ویروس ها و حمله‌ای که به بدن صورت می گیرد، در آن دفاع می کند. برای این کار، این سیستم به تولید موادی به نام پادتن‌ها یا همان آنتی بادی، به ناپودی ویروس‌ها و مضر‌های مضر و تخریب کننده می پردازد. اما گاهی ممکن است به دلایل نامشخصی سیستم دفاعی بدن دچار اختلال شده و به جای دفاع در برابر حملات دشمنان خارجی، با تولید آنتی پادتن بر ضد سلول های مفصل و هجوم به سلول های سالم مفاصل و بافت های همبند، به سلول های بدن صدمات شدیدی وارد کند. این حملات منجر به ایجاد بیماری خود ایمنی روماتیسم می‌شود، که در آن مفاصل با از دست دادن شکل و فرم خود، دیگر قادر به انجام حرکات عادی نیستند. در شرایط حاد، بیمار مبتلا به روماتیسم توانایی حرکتی خود را از دست می دهد.

التهاب مفاصل، ماهیچه‌ها و بافت‌هایی که از قسمت های داخلی بدن محافظت می‌کنند، مهمترین اتفاقی است که هنگام ابتلا به بیماری روماتیسم مفصلی، بیمار را آزار می دهد.

هر شماره؛معرفی یک موضوع در حوزه سلامت از جنبه‌های مختلف

این شماره: روماتیسم چیست؟

| صفحه |
|------------|
| ۶ |
| شماره |
| ۳۵۲۲ |
| سال |
| یست و هشتم |

سلامت



عوامل خطر ابتلا به روماتیسم یا آرتریت روماتوئید

دکتر سیامک مرادی



عواملی که ممکن است خطر ابتلا به آرتریت روماتوئید را افزایش دهند عبارتند از:

جنسیت:

زنان ۳ برابر بیشتر تر از مردان به آرتریت روماتوئید مبتلا می‌شوند.

سن:

روماتیسم می‌تواند در هر سنی رخ دهد، اما پیش‌تر در سنین میانسالی آغاز می‌شود.

این بیماری در زنان، معمولا از ۳۰ تا ۶۰ سالگی شروع می‌شود. ابتلا به آرتریت روماتوئید در مردان با سن زیر ۴۵ سال نادر است.

تاثیر سابقه خانوادگی بر روماتیسم:

در صورت وجود سابقه‌ی آرتریت روماتوئید در یکی از اعضای خانواده، خطر ابتلا به این بیماری افزایش می‌یابد.

تاثیر سیگار کشیدن بر روماتیسم:

استعمال دخانیات، خطر ابتلا به آرتریت روماتوئید را افزایش می‌دهد، به خصوص اگر استعداد ژنتیکی ابتلا به این بیماری را داشته باشید.

همچنین به نظر می‌رسد سیگار کشیدن باعث افزایش شدت بیماری می‌شود.

مواجهه با برخی مواد مانند آژبست یا سیلیس:

احتمال بروز بیماری‌های خود ایمنی مانند rA، در کسانی که در معرض گرد و غبار ناشی از برخی مواد مانند آژبست یا سیلیس هستند، بیشتر است.

رابطه چاقی و روماتیسم:

به نظر می‌رسد افرادی که دارای اضافه وزن یا چاقی هستند، در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به آرتریت روماتوئید قرار دارند.

انواع بیماری های روماتیسمی چیست؟

۱- اختلالات روماتیسمی :

دردهای مزمن و متناوب (از جمله درد مفاصل دستها و پاها ، گردن و کمر) به علت بیماریهای عفونی ایجاد می‌شوند. مانند بیماری لایم (در آمریکا شایع است).

کوکسیدومیکوز یا تب دره (در غرب ایالات متحده) و چیکونگونیا در هند ، آفریقا و آمریکای جنوبی ، علت گرفتاری و تورم مفصل یا آرتریت در این گونه بیماری های عفونی در واقع واکنش بدن نسبت به عامل عفونی است و مهمترین بیماری این گروه که در ایران کاملاً شناخته شده و شایع است آرتریت بعد از گلو درد چرکی نوع استرپتوکوکی است که “تب روماتیسمی” نامیده می شود.

۲- التهاب مفصل روماتیسمی یا آرتریت روماتوئید یا Rheumatoid arthritis :

آرتریت روماتوئید یک اختلال التهابی مزمن است که می تواند چندین مثل یک فرد را درگیر کند.

در برخی از افراد ، این بیماری می تواند به هر قسمت از بدن که بافت همبند دارد حمله کند ، مثلا به پوست ، چشم ها ، ریه ها ، قلب و رگ‌های خونی آسیب برساند.

آرتریت روماتوئید یک بیماری خود ایمنی است و زمانی اتفاق می افتد که سیستم ایمنی بدن بافت های سالم را بیگانه می پندارند و به آنها حمله می کند و میخواهد آنها را از بین ببرد .

بر خلاف استئوآرتریت ، یا آرتروز که در اثر ساییده شدن مفصل و افزایش سن به وجود می آید ، آرتریت روماتوئید باعث التهاب و تورم دردناک مفاصل می شود و در نهایت می تواند منجر به تخریب مفاصل و تغییر شکل مفصلی شود.

همچنانکه قبلا گفتیم آرتریت روماتوئید علاوه بر مفاصل ، می تواند به سایر قسمت های بدن آسیب برساند.آرتریت روماتوئید شدید می تواند باعث ناتوانی های جسمی شود.

۳- روماتیسم خاموش

به‌طورکلی متخصصین از این بیماری تحت عنوان روماتیسم خاموش یاد می‌کنند.

چراکه این بیماری در مراحل اول هیچ علامت روشنی ندارد و شاید بیمار در صورت مشاهده علائم نیز نسبت به بروز این بیماری مشکوک نشود. یکی از اولین نشانه‌های روماتیسم آسیب و شکستن استخوان است.

روماتیسم خاموش به‌تدریج سبب کاهش توده استخوان شده، استحکام استخوان‌ها را کاهش می‌دهد و درنهایت فرد را درگیر عوارض ناشی از پوکی استخوان می‌کند.

۴- روماتیسم پوستی

زمانی که فرد به این بیماری مبتلا می‌شود، به این معناست که سیستم ایمنی به پوست و دیگر اندام‌ها همچون کلیه‌ها و ریه حمل می‌کند.

ضایعات پوستی، احساس درد در استخوان، احساس درد در مفاصل، تغییر یافتن شکل انگشتان دست، افزایش خند خون و بروز التهاب در مفاصل ازجمله علائم روماتیسم پوستی هستند.

۵- روماتیسم عصبی

یکی دیگر از انواع روماتیسم که شیوع بالایی دارد، روماتیسم عصبی

درمان روماتیسم

دستگاه ایمنی می باشد را بلاک می کنند.

با اینکه این داروها معمولا در دسته داروهای گرانقیمت قرار می گیرند، اما معمولا پزشکان برای افرادی که تقریبا از داروهای DMARDS نامید شده اند،این روش را پیشنهاد می کنند.

داروهای تسکین درد

علاوه بر داروهای که اثر درمانی دارند و مانع از پیشرفت بیماری می شوند، پزشکان داروهای نیز برای تسکین درد مبتلایان روماتیسم تجویز می کنند.

این داروهای آرام بخش که شامل داروهای ضد سوزش غیر استروئیدی و کورتیزون می شود، عموما به صورت آمپول یا قرص ارائه شده و در کاهش خشکی و سوزش مفاصل موثر است.

درمان روماتیسم باطب سوزنی

طب سوزنی با فرو کردن سوزن‌ها به شکل خاص در بدن باعث کاهش تورم و التهاب و میزان درد بیمار می شود. متخصصان طب سوزنی

متعتقدند طب سوزنی باعث افزایش تقویت سیستم ایمنی بدن می شود پس به نوعی یک راه پیشگیرانه برای ابتلا و فعال کردن بیماری های روماتیسمی در بدن است.

داروهای بیولوژیک

DMARDS جدید یا همان داروهای بیولوژیک با مهندسی ژنتیک تولید شده و سیتوکن ها یا در واقع همان پروتئین هایی که موجب واکنش