



مرکز آموزشی درمانی شفا

## عنوان سند: چگونه با بیماری آرتريت روماتويد

زندگی کنیم

کد سند: NO-BK-۲۹۱



تهیه کننده:

اطهره منوچهری-آرزو علیپور

تنظیم کننده: فرحناز نریميسا سوپروایزر آموزش

سلامت

منابع: کتاب داخلی و جراحی

دستا، ع، د، ه، ه، سه، دا، ث ۲۰۱۸

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۱۱ از ۶

## ۱. آیا رابطه جنسی روی بیماری من تاثیر دارد؟

خیر رابطه جنسی تاثیر سویی روی بیماری مفصلی ندارد. در صورت وجود درد و خشکی در مفاصل توصیه می شود نزدیک بعد از مصرف داروهای ضد التهابی و پردنیزولون و یا در صورت احساس راحتی بعد از استحمام و دوش آب گرم انجام شود. در صورت ابتلاء بعضی از مفاصل مانند زانو و ران که نقشی کلید در قرار گرفتن در وضعیت مناسب برای نزدیکی دارند باید با پزشک و یا پرستار خود مشورت نمایید تا وضعیت های مناسب با ابتلاء مفاصل و یا روشهای موازی غیر از دخول جنسی را برای رضایت جنسی به شما آموزش دهند.

### ➤ تشخیص بیماری و تستهای تشخیصی

۱. بیماری روماتیسم مفصلی چگونه تشخیص داده می

شود؟

مبنی تشخیص بیماری آرتريت روماتويد؛ علائم بالینی است. و تستهای آزمایشگاهی می توانند در این زمینه کمک کننده باشند. بیماری بر اساس التهاب مفصلی مزمن با الگوی ابتلاء دستها و پاها و مفاصل کوچک و بزرگ بصورت قرینه برای پزشکان قابل تشخیص می باشد. موارد کمی ممکن است علائم کاملا کلاسیک نباشد. که با کمی صبر و پیگیری پزشک به تشخیص خواهد رسید. علائم بیماری در ۷۰ در صد موارد شروع تدریجی در طی چند هفته یا ماه را دارد و در درصد کمی ممکن است بصورت بسیار ناگهانی شروع شود. بعضی از بیماران نیز دوره های فعالیت و بهبود را بصورت دوره ای تجربه می کنند.

بیماری دوره های فعالیت و دوره های وضعیت با ثبات و دوره های خاموشی دارد. هدف از درمان بردن بیمار به وضعیت خاموشی است.

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۶ از ۶

توصیه می شود برای بارداری در زمانی اقدام شود که بیماری کنترل و در خاموشی باشد.

حاملگی و زایمان در این افراد همانند سایر خانم ها خواهد بود. بیماران باید در مورد کنترل بیماری و نحوه مصرف داروها قبل از بارداری و در دوره حاملگی و شیر دهی با پزشک معالج مشورت نمایند. در دوره حاملگی بیماری ممکن است بهتر، بدتر و یا بدون تغییر باقی بماند. نحوه بدنیا آوردن نوزاد با نظر پزشک زنان و زایمان خواهد بود. و بسته به شرایط بیماری تصمیم گیری خواهد شد.

۲. از چه راههای برای پیشگیری از حاملگی می توانم استفاده نمایم؟

بیماران (خانم ها و آقایان) در هنگام درمان باید از روش مطمئن پیشگیری از بارداری استفاده نمایند.

مصرف قرص های پیشگیری از بارداری منعی ندارد. ولی با توجه به مصرف داروهای متعدد از جمله ترکیبات کورتیکواستروئید (پردنیزولون) و بعضی داروهایی که در بارداری ممنوعیت مطلق مصرف دارند باید از روشی (با اطمینان بیشتری از عدم بارداری) مانند کاندوم استفاده نمایند. در صورتیکه هر کدام از زوجین مبتلا به آرتريت روماتويد که قصد بچه دار شدن دارند (خانم ها و آقایان) باید پزشک معالج را از حداقل ۶ ماه قبل در جریان قرار دهند.

توصیه می شود چند ماه قبل از بارداری برای تنظیم داروها و دستورات لازم پزشک معالج را در جریان قرار دهید. آقایان مبتلا به بیماری آرتريت روماتويد نیز قبل از اقدام برای داشتن فرزند باید با پزشک معالج مشاوره داشته نمایند.

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۵ از ۶

ما سعی کردیم، نکات مفید بطور خلاصه برای بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید فراهم گردد. این مجموعه‌های از سوال های بیماران و پاسخ ساده و علمی به آنهاست.

## ➤ علت بیماری

### ۱\_ علت بیماری آرتریت روماتوئید چیست؟

علت بیماری آرتریت روماتوئید شناخته شده نیست. اما بنظر می رسد افرادی که زمینه ژنتیکی مستعدی دارند، اگر در معرض عوامل خارجی مانند بعضی میکروبها ؛ سیگار (تنباکو)؛ استرسهای روحی و فیزیکی قرار بگیرند. بیماری در آنها آغاز می گردد.

### ۲\_ چرا من مبتلا شدم؟

انتخاب افراد برای بیماری در کنترل کسی نیست. شرایط ژنتیکی و عوامل محیطی و روحی روانی در بروز بیماری در افراد موثر است.

### ۳\_ آیا من می توانستم کاری بکنم که به بیماری مبتلا

#### نشوم؟

همانطور که ذکر شد عامل بیماری زمینه ای دست ما نیست؛ ولی پرهیز از بعضی عوامل محیطی مهم است. تنها عاملی که قطعاً باید از آن پرهیز نمود تنباکو (سیگار-قلیان) است.

### ۴\_ آیا آب و هوا در بروز بیماری موثر است؟

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۲ از ۶

تغییرات آب و هوایی و اقلیمی در بروز بیماری نقشی ندارد. سیر و فعالیت بیماری در آب و هوای گرم و خشک و سرد و مرطوب از گوی آب و هوایی پیروی نمی کند.

### ۵\_ آیا تغذیه در بروز بیماری نقش دارد؟

بیماران به تغییر علائم (تشدید و یا بهبود) با مصرف و یا پرهیز از بعضی غذاها و ادویه ها معتقد هستند. که برای هر فرد اختصاصی است و باید الگویی برای زندگی مصرف و تغذیه خودش داشته باشد.

### ۶\_ نقش سیگار - تریاک - مشروبات الکلی در بروز

#### بیماری چیست؟

تنباکو به هر شکل مصرف شود از جمله سیگار و قلیان در ایجاد بیماری موثر است. ولی برای مصرف مشروبات الکلی شواهد کافی در دست نیست. افراد غیر سیگاری هم به بیماری مبتلا می شوند. لذا هیچ عاملی نقش صددرصدی ندارد.

## ➤ علائم بیماری

### ۱. علائم بیماری چیست؟

علائم مفصلی بیماری از الگوی ابتلاء مفاصل مچ دستها؛ پنجه های دست؛ مفاصل بین انگشتی و زانوها و پنجه های پای و آرنج ها بصورت قرینه پیروی می کند. ولی این وضعیت برای همه یکسان نیست. علائم خارج مفصلی بیماری روماتوئید شامل التهاب تاندون ها و غلاف آنها، التهاب چشم؛ التهاب در ریه و فضاهای جنب ریه و پرده های اطراف قلب و نیز التهاب عروق خواهد بود. بهتر است هرگونه علائم جدید را با پزشک معالج در میان بگذارید.

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۳ از ۶

علائم خارج مفصلی بیماری روماتوئید شامل التهاب تاندونها و غلاف آنها، التهاب چشم؛ التهاب در ریه و فضاهای جنب ریه و پرده های اطراف قلب و نیز التهاب عروق خواهد بود. بهتر است هرگونه علائم جدید را با پزشک معالج در میان بگذارید.

## ➤ نحوه انتقال

۱. آیا فرزندان من هم مبتلا خواهند شد؟ آیا بیماری ژنتیکی است؟ آیا تستی وجود دارد که بفهمم فرزندانم ممکن است مبتلا شوند یا خیر؟

قطعاً زمینه ژنتیک در بروز بیماری نقش دارد ولی این نقش صددرصد نیست و الزاماً به معنی ابتلاء فرزندان بر اساس قانون مستقیم توارث نیست. تستی که ابتلاء فرزندان را پیش بینی بکند در حال حاضر وجود ندارد.

۲. آیا بیماری به همسر منتقل می شود؟

خیر بیماری از طریق ارتباط به همسر منتقل نمیشود.

## ➤ ازدواج - حاملگی - شیر دهی - رابطه جنسی

۳. آیا من می توانم ازدواج کنم؟ در مورد حاملگی و

شیر دهی و مصرف داروها در طول این مدت توضیح

بدهید.

بله بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید همانند سایر افراد می توانند ازدواج نمایند. هیچکدام از این افراد برای داشتن فرزندان سالم منعی ندارند.

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۴ از ۶