

## Alman romatizma derneği: Biz yanınızdayız

Romatoid artrit bir romatizmalı hastalık. Biz bu konuyu iyi biliyoruz. Size bilgi verebilir ve yardım edebiliriz.

Bize gelerseniz, hareket etmek için alıştırımlar öğrenebilirsiniz. Ayrıca hastalık hakkında konuşabileceğiniz romatizma hastalığı olan başka insanlarla buluşabilirsiniz.

Daha fazla bilgi almak için bize telefon açın: **01804 60 00 00\***  
Veya internet sayfamıza bakın:  
**www.rheuma-liga.de**

\* Almanyamın sabit hattından arama başına 20 Cent; cep telefonu fiyatları farklı olabilir, arama başına max. 42 Cent

## Romatoid artrite karşı ne yapılabilir?

Doktorunuz size önce özel bir ilaç yazar. Bu ilaç eklemlerin bozulmasını önleyebilir. Çoğu zaman Methotrexat diye bir ilaç yazılır. Ama bu ilaç ancak dört veya altı hafta sonra etki gösterir.

Bu zamana kadar doktor ağrılarınıza ve iltihaba karşı başka ilaçlar verir. Bu kortizon olabilir. Veya aynı zamanda iltihabı iyileştiren ilaçlar olabilir. Bunlar mesela Ibuprofen veya Diclofenac isimli ilaçlardır.

Bazen Methotrexat gibi ilaçlar iyi etki etmez. O zaman doktor eklemlerin bozulmasını önleyen başka ilaçlar yazabilir.

Eklemler ağrıya bile eklemleri çok hareket ettirmek çok önemlidir. Özel jimnastik alıştırımları buna yardım eder.

Eklemleri korumak için yardımcı olan özel araçlar var. Mesela ince saplı yerine kalın saplı çatal veya kaşık tutmak daha kolaydır. Bunun için sapların üzerine geçirilebilen kalın sap kılıfları var.

## KISA VE ÖZ

## Romatoid artrit/ kronik poliartrit



Hastalığınızla ilgili en önemli bilgileri kolay bir dilde kısaca yazdık.



**Doktorunuz sizde romatoid artrit olduğunu söyledi. Bazı doktorlar buna kronik poliartrit de diyor. Bu hastalığı daha iyi anlayabilmeniz için burada size bazı bilgiler veriyoruz.**

## **Romatoid artrit nedir?**

Romatoid artritte çoğu zaman birden fazla eklem aynı anda iltihaplanır. Eklemler ağrır ve şişir. Bazen iç organlar da iltihaplanır, mesela akciğer veya kalp.

## **Ağrılar nerden geliyor?**

Eklemlerin iç kısmı etrafında bir eklem iç zarı bulunur. Romatoid artrit hastalığında bu iç zar iltihaplanır. Bu iltihabın nereden geldiği bu güne kadar bilinmiyor. İltihaplı eklem iç zarı çoğalmaya başlar ve giderek kalınlaşır. Kıkırdak ve kemiklerde küçük delikler açar. Kıkırdak her eklem etrafında bulunan ve eklemi koruyan bir tabakadır. Ayrıca eklem içinde fazla eklem sıvısı üretilir. Bu yüzden eklemler şişer. Eklemler ağrır, sıcaktır ve doğru hareket edemez.

Sigara içenlerde hastalık sigara içmeyenlere göre daha ağırdır. Bu yüzden romatoid artrit hastası olan insanların sigarayı bırakması önemli.

Romatoid artrit başladığında çoğu zaman el veya ayak parmaklarındaki eklemler acır ve şişer.

Eklemler çoğu zaman sabahları yataktan kalkarken bükülemez.

Sabahları daha çok acırlar ve iyi hareket ettirilemezler. Bu birkaç saat sürebilir.

Ayrıca yorgunluk, güçsüzlük, ateş veya gece aşırı terleme de buna eklenebilir. Çünkü bütün vücut iltihabı yenmek için aşırı çalışır.

Hastalık haftalar veya aylar içinde giderek daha fazla eklemde görülebilir.

Hastalık her zaman değil, sadece bazen şikayet yapar. Yani eklemler belirli zamanlarda çok acır ve insan kendini çok hasta hisseder.

Bazen de insan kendisini daha iyi hisseder.

Önemli: İltihap eklemlere zarar verebilir.

Eklemler tamamıyla bozulana kadar da zarar verebilir. Bu yüzden tedaviye çok çabuk başlamak gerekir.