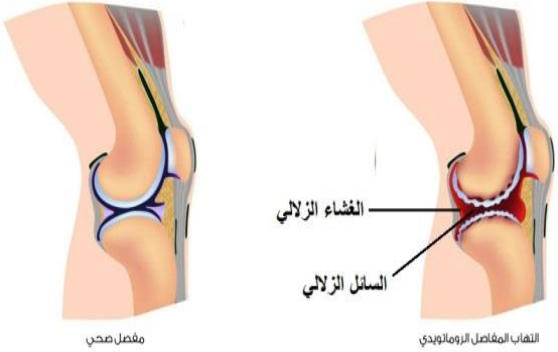


## ➤ ما هو داء الروماتويد المفصلي؟



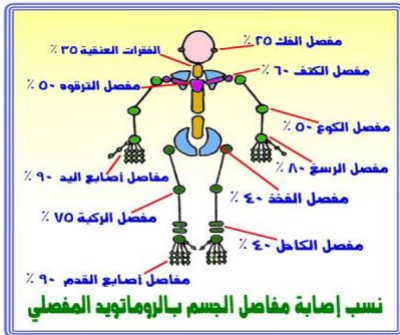
- يعتبر أكثر أنواع الالتهابات المفصالية شيوعاً و هو مرض مزمن يسبب التهاباً في الغشاء الزلالي الذي يبطن تجويف المفصل و بالتالي فإن الغشاء الزلالي يفرز كمية غير طبيعية من السوائل التي تتكدس في المفصل مؤدية إلى آلام و تورم في المفاصل المصابة، استمرار هذه الالتهابات يؤدي إلى تشوه المفاصل بشكل تدريجي مما يسبب عائقاً للمريض.

- يصيب مرض الروماتويد 1% من سكان العالم من أي فئة عمرية و هو أكثر انتشاراً بين النساء.

## ➤ ما هي أسباب داء الروماتويد المفصلي؟

- إن أسباب هذا المرض لا تزال غامضة و حتى الآن توجد نظريات كثيرة لتفسير هذه الأسباب و يلعب اختلال جهاز المناعة الذي يقوم بإفراز مضادات تهاجم أنسجة المفاصل دور رئيسي في نشوء المرض ، بالإضافة إلى بعض العوامل الأخرى كالعوامل الجينية و البيئية.

## ➤ ما هي أعراض الروماتويد المفصلي؟



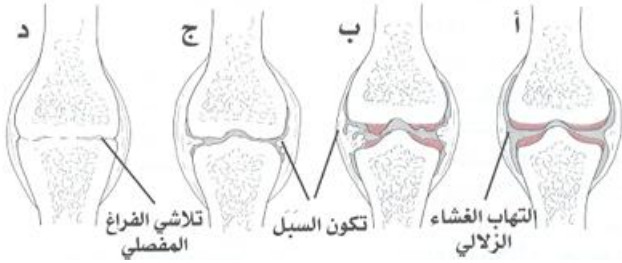
- قد تظهر بعض الأعراض العامة في بداية المرض مثل: ارتفاع درجة الحرارة، الشعور بالإرهاق، نقصان الوزن، و فقدان الشهية.
- ألم و تورم في عدة مفاصل لاسيما الصغيرة منها كمفاصل اليد والمعصم والقدم، و هو يصيب عادة الجانب الأيمن و الأيسر من الجسم بشكل متماثل.
- تيبس المفاصل الذي قد يستمر لأكثر من 30 دقيقة، خصوصا عند الاستيقاظ في الصباح أو بعد الجلوس لفترات طويلة.
- صعوبة القيام بالأعمال اليومية.
- من الممكن أن يصيب داء الروماتويد المفصلي العينين و الرئتين و الأعصاب و القلب و أجهزة الجسم الأخرى.

## ➤ كيف يتم تشخيص الروماتويد المفصلي؟



- تاريخ المريض والفحص الطبي.
- الإستناد إلى المعايير العالمية في تشخيص المرض  
إعتمادا على العوامل التالية :
  1. عدد المفاصل المصابة.
  2. ظهور الأجسام المضادة في تحليل الدم كعامل الروماتويدي و مضاد الأكبا (ACPA).
  3. إرتفاع مؤشرات الإلتهاب في الدم (ESR, CRP)
- تحليل السائل الزلالي.
- التصوير بالأشعة السينية ، الموجات فوق الصوتية و أشعة الرنين المغناطيسي.

## ➤ ما هي مراحل تطور داء الروماتويد المفصلي؟



- إن في المراحل المتقدمة من المرض، قد يؤدي الإلتهاب الناتج عن الروماتويد إلى تآكل و تدمير سطح المفصل و هذا يتسبب في تقليص حركة المفاصل و تشوهها و بالتالي عدم استطاعة المريض ممارسة حياته العادية.

## العلاج المبكر

تشير الدراسات الحديثة إلى أن العلاج الطبي المبكر (أي عند ظهور العوارض الأولى) يخفف بشكل كبير من حدة داء الروماتيزم المفصلي.

### ➤ ما هي أهمية العلاج؟

أثبتت كل الدراسات الطبية العالمية إن العلاج المبكر و الإنتظام به يحقق الأهداف التاليه:

- التخلص من عوارض المرض كالآلم والتصلُّب وتورُّم المفاصل.
- منع حدوث تشوهات المفاصل التي قد تؤدي إلى إعاقة جسدية.
- تحسين نوعية حياة المريض.

### ➤ كيف يتم معالجة مرض الروماتويد المفصلي؟

هذا المرض يعتبر من الأمراض المزمنة، ومن المهم أن يدرك المريض أن العلاج قد يستمر وقتاً طويلاً يحدده الطبيب المعالج.

١ - **الأدوية المضادة للالتهابات** التي تهدف إلى معالجة أعراض المرض مثل الألم والتصلُّب وتورُّم المفاصل إلا أنها لا تؤثر على تطوُّر المرض.

٢ - **الأدوية المعدلة للمرض (مضادات الروماتويد)** وهي تبطيء تطوُّر المرض أو قد تؤدي إلى فترات أطول من خمود المرض.

• **الأدوية المضادة للالتهابات :**

1. مضادات الإلتهاب غير الستيرويدية (NSAIDs)
2. مشتقات الكورتيزون التي قد تعطى إما عن طريق الفم أو الحقن في الوريد و العضلات أو بالحقن الموضعي للمفاصل.  
لا يتم استخدام الكورتيزون بجرعات كبيرة لفترة طويلة لمنع حدوث الآثار الجانبية مثل هشاشة العظام، زيادة الوزن ، ارتفاع السكر و ضغط الدم.

• **الأدوية المعدلة للمرض**

قد تستغرق هذه الأدوية أسابيع أوحتى شهور ليبدأ مفعولها، و من أمثلة هذه المجموعة:

أ. **العلاجات المعدلة التقليدية**

مثل: ميثوتركسات، لفلونوميد، سلفاسلازين، هيدروكسي كلوروكين. وهي تؤخذ بشكل منفرد أو مع أدوية أخرى.

فحوصات الدم الدورية المطلوبة خلال فترة العلاج			الجرعة	اسم العلاج
أقل من 3 شهور	من 3-6 شهور	أكثر من 6 شهور		
			7.5 – 25 مجم كل أسبوع	ميثوتركسات
			2 – 3 مجم في اليوم	سلفاسلازين
			20 مجم في اليوم	ليفلوناميد
غير مطلوب تحاليل بعد البدء بالعلاج. يجب متابعة حدة النظر و فحص قاع العين.			200-400 مجم في اليوم	هيدروكسي كلوروكين

## ب. العلاجات المعدلة البيولوجية

تستخدم إذا لم يستجب المريض تماماً للأدوية السابقة أو عند حدوث مضاعفات جانبية أو موانع لاستعمالها.

اسم الدواء	طريقة الحقن	عدد مرات الحقن
اداليموماب Adalimumab	تحت الجلد	مره كل أسبوعين
انفليكسماب Infliximab	في الوريد	مره كل شهرين
إيتانرسبيت Etanercept	تحت الجلد	مره كل أسبوع
توسيليزيوماب Tocilizumab	في الوريد تحت الجلد	مره كل شهر مره كل أسبوع أو أسبوعين
ريتوكسيماب Rituximab	تحت الجلد	مره كل 6 إلى 9 شهور

- لضمان فعالية الأدوية البيولوجية، يجب مراعاة حفظها في درجة حرارة المبرد ( $2^{\circ}\text{C} - 8^{\circ}\text{C}$ ) منذ استلامها إلي حين موعد استخدامها.
- هناك أدوية بيولوجية جديدة قد يستخدمها الطبيب المعالج إذا استدعت الحاجة.

## ➤ نصائح عامة لمرضى داء الروماتويد المفصلي



### 1. التمارين الرياضية:

إن ممارسة الرياضة مثل السباحة و المشي بشكل منتظم يمكن أن تساعد في تخفيف الألم وتحسين حركة الجسم، ومرونته، ولكن عليك استشارة طبيبك عن مقدار ونوع التمرينات المناسبة لحالتك.

### 2. الحفاظ على وزن صحي:

إن الحفاظ على وزن صحي من شأنه أن يقلل من الضغط على المفاصل و بالتالي يخفف الآلام الناتجة عن المرض تدريجياً.



### 3. علاج داء الروماتويد المفصلي و الحمل:



- بعض العقاقير المعالجة لداء الروماتويد المفصلي آمنة الاستخدام خلال فترة الحمل و الرضاعة و لكن يجب إستشاره طبيب الأمراض الروماتزمية قبل التخطيط للحمل، حيث إن بعض العقاقير المستخدمة لابد من إيقافها قبل بداية الحمل و إستبدالها بعقاقير أخرى.
- إذا حدث حمل لمريضة تتعاطى أحد العقاقير التي يحظر استخدامها أثناء الحمل فلا بد من إيقافها مباشرة و مراجعة الطبيب المعالج فوراً.

### 4. التدخين و مرض الروماتويد

يزيد التدخين من فرصة حدوث مرض الروماتويد عند هؤلاء الأشخاص ذوي الاستعداد الوراثي لحدوث المرض وأيضاً يزيد من شدة أعراض المرض.



### 5. الحالة النفسية ومرض الروماتويد

تؤثر الحالة النفسية على نشاط المرض فقد يؤدي التعرض للتوتر أو الإكتئاب إلى زيادة حدة الأعراض، كذلك يؤثر المرض على الحالة النفسية فالألم المزمن وعدم إخماد نشاط المرض يؤديان إلى الشعور بالإحباط و الإكتئاب.

