

مرض الروماتويد

التعريف:

مرض التهابي مزمن يصيب مفصل او أكثر في الجسم وغالبا ما تكون المفاصل المصابة مماثله في الجهتين (كمثال مفصل معصم اليد اليمنى كما اليسرى). مرض مناعي مما يعني ان الاجسام المضادة تقاوم اعضاء الجسم نفسه لسبب غير معروف لكن الجينات، والعوامل المحيطة، السمنة والتدخين قد يكون لها تدخل بالإصابة بالمرض.

المرض ليس وراثي لكن وجود المرض في أحد الاقارب من الدرجة الاولى يزيد لديك خطورة الإصابة بالمرض.

التأخر بتشخيص المرض والتأخر بالعلاج او عدم علاج المريض بشكل كافي يؤثر على بطانة المفاصل، مسببا تورما مؤلما، ويمكن أن يؤدي في نهاية المطاف إلى تآكل العظام وتشوه المفاصل.

يصيب كل الاعمار، بكلا الجنسين لكن نسبة اصابة النساء قبل سن اليأس تعادل ضعفين اصابة الرجال بنفس العمر والنسبة تكون متساوية للكبار بالعمر.

اعراضه (تختلف من مريض الى الاخر):

الإصابة بالمرض قد تكون حادة، شبه حادة او بالتدريج وقد يأتي ويذهب، بإعراض تأتي على شكل: شعور بالألم في المفاصل، مع دفء واحمرار وألم باللمس، انتفاخ بالمفصل (لمدة تزيد عن 6 اسابيع) المفاصل المصابة قد تكون جميع المفاصل لكن عادة تبدأ بمفاصل اصابع القدم، اصابع اليدين الاولى من الداخل والوسطى وليست الخارجية، المعصم كذلك.

يصاحب المرض اعراض عامة منها تعب، ارهاق، تعب وحمى وفقدان الوزن، تيبس و غالبا بعد الاستيقاظ من النوم لمدة لا تقل عن نصف ساعة.

قد يبدأ الألم بمفصل واحد فقط مما يجعل التشخيص صعباً، لكن مع مرور الوقت قد يشمل الالتهاب أكثر من مفصل ابتداء بالصغرى في مفاصل اليدين والقدمين ومن ثم الى المفاصل الكبرى. وفي معظم الحالات، تحدث الأعراض في نفس المفاصل لنفس الجانب من الجسم.

الكبار بالسن قد يشكون فقط من ألم بالعضلات، حرارة بسيطة، ارهاق مع التيبس وألم المفاصل

التشخيص:

- عادة يبدأ بالتاريخ المرضي والفحص السريري
- هناك بعض الفحوصات التي تساعدنا بالتشخيص كفحص الاجسام المضادة RF and Anti-CCP التي تؤكد بشكل كبير وجود المرض، مع ملاحظة ان عدم وجودها لا يلغي احتمالية إصابة المريض بالروماتويد.
- وجود RF فقط كجسم مضاد لا يشخص المرض بدون وجود اعراض.
- ايضا عوامل الالتهاب عادة تكون مرتفعة لكن كونها طبيعية لا يستبعد المرض كتشخيص.
- غالبا ما يحتاج الطبيب طلب اشعة للقدمين واليدين لاكتشاف تغيرات المفاصل المبكر.

من مضاعفات المرض في حال عدم الالتزام على العلاج:

- اعاقات بالمفاصل: التي قد تؤدي الى عدم القدرة على استخدام اليدين وقد تحتاج عمليات، ايضا تغير شكل اصابع الرجلين.
- عقد روماتويدية غير سرطانية: قد يشتكي البعض من اورام تحت الجلد غالبا عند الاكواع او عند مفاصل الأصابع.
- قد تتأثر الاعصاب بالرجلين مما يؤدي الى عدم القدرة على المشي بالطريقة الصحيحة ويحتاج المريض تدخلات طبية، والسبب في ذلك ان الاعصاب تكون مضغوطة بمكان ما بالساقين. كذلك الإصابة بمتلازمة النفق الرسغي حيث يضغط الالتهاب على العصب المسؤول عن وظائف اليدين والاصابع مما يسبب تنمل في الأطراف.
- هشاشة العظام: بسبب الروماتويد نفسه او بعض الأدوية المستخدمة لعلاج الالتهاب.

- **جفاف العينين والفم:** يكون المصاب أكثر عرضة للإصابة بمتلازمة شوغرن، وهو اضطراب يقلل من مقدار الرطوبة في عينيك وفمك.
- **حالات العدوى:** يمكن للروماتويد نفسه والعديد من الأدوية المستخدمة لمكافحته إضعاف الجهاز المناعي؛ مما يؤدي إلى زيادة الإصابة بالعدوى.
- **مشكلات في القلب:** الروماتويد قد يزيد خطورة الإصابة بالشرابين المتصلبة والمسدودة، لذا من المهم ممارسة الرياضة والتوقف عن التدخين.
- **أمراض الرئة:** المصاب أكثر عرضة لخطر التهاب الرئتين مما قد يؤدي إلى ضيق في التنفس.

الغرض من العلاج:

لتخفيف الألم والتيبس والانتفاخ حتى يكون المريض شخص طبيعي كغيره، ولمنع الإعاقات وإيقاف تطور المرض وللأسف لا يوجد علاج نهائي للمرض.

لتخفيف الألم:

- **مضادات الالتهاب غير الستيرويدية:** إبرين، فولتارين ومجموعاتهم الأخرى مع الباراسيتامول.
- **كورتيزون:** سواء كورس حبوب عبر الفم أو ابر كورتيزون بالمفصل

مسكن الألم والكورتيزون لعلاج الاعراض فقط وتقليل الالتهاب ليسوا لعلاج المرض او إيقاف تطوره ومنع مضاعفاته لذا فمن المهم بدء العلاج بأسرع وقت ممكن والأفضل خلال ١٢ اسبوع من بدء الاعراض.

العلاج الاساسي العقاقير المضادة للروماتيزم المعدلة لسير المرض وهي مثبطة للالتهاب وأيضا للمناعة التي سببت المرض:

عادة نبتداً بعلاج ميثوتركسيت Methotrexate في حال عدم وجود سبب يمنع استخدامه والجرعات لهذا الدواء قد تكون عالية تصل الى ٢٥ ملغرام حتى يكون المرض خامل.

في حالة عدم الاستجابة لـ الميثوتركسيت بالعقاقير عبر الفم او الابر يستطيع الطبيب اضافة علاجات اخرى (تقلل ايضا الالتهاب لكن مُضعفة للمناعة) ومن الجدير بالذكر ان بعض العلاجات قد تنشط مرض الدرن عند البعض لذا لا بد من اخذ فحوصات قبل بداية العلاج وبفترات متقاربة عند البدء بالعلاج وطول فترة العلاج للتأكد من ان المرض تحت السيطرة وهل اكتسب المريض مضاعفات جانبية للعلاج تتضح بالتحاليل.

قد يضيف لك الطبيب حمض الفوليك طوال فترة علاجك بـ الميثوتركسيت وذلك لتقليل الاثار الجانبية للميثوتركسيت مثل الغثيان وتساقط الشعر عند البعض وارتفاع انزيمات الكبد.

- مهم عدم اجهاد المفصل الملتهب، اخذ المساعدة من اخصائي العلاج الطبيعي.
- الرياضة والمشي تساعد في معالجة المرض لذا من المهم أداء التمارين بشكل صحيح
- مهم ايقاف التدخين لصحة المريض بشكل عام والاستجابة أفضل للأدوية المعطاة.
- استخدام كمادات الحرارة والباردة. يُمكن أن تُساعد الحرارة في تخفيف الألم واسترخاء العضلات المشدودة والمؤلمة. يُمكن للبرودة أن تُبَلِّد الإحساس بالألم. كما أن البرودة ذات تأثير تخديري وتقلل من التورم.