



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΡΕΘΥΜΝΟΥ

Λ.ΚΟΥΝΤΟΥΡΙΩΤΗ 124 74100 ΡΕΘΥΜΝΟ ΤΗΛ.-FAX 2831029016

E-mail is-reth@otenet.gr

Αρ.πρωτ. 431
Ρέθυμνο 11/10/2023

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑΣ

Η 12^η Οκτωβρίου καθιερώθηκε για πρώτη φορά το 1996 ως «Παγκόσμια ημέρα κατά της Αρθρίτιδας».

Υπολογίστηκε ότι μόνο από οστεοαρθρίτιδα πάσχουν, παγκοσμίως περισσότεροι από 100 εκατομμύρια άνθρωποι.

Στην χώρα μας υπολογίζεται ότι 1 εκατομμύριο Έλληνες, δηλ το 13% περίπου του πληθυσμού, πάσχει από οστεοαρθρίτιδα, ενώ το ποσοστό φτάνει έως το 25% στο σύνολο των ρευματικών μυοσκελετικών παθήσεων.

Τις αρθρίτιδες θα μπορούσαμε να τις κατατάξουμε αδρά σε δυο μεγάλες κατηγορίες.

1. Τις εκφυλιστικές παθήσεις των αρθρώσεων με κύριο εκπρόσωπο την γνωστή μας οστεοαρθρίτιδα.
2. Τις φλεγμονώδεις αρθρίτιδες και συστηματικά αυτοάνοσα ρευματικά νοσήματα όπου εδώ ο κατάλογος των νοσημάτων είναι μακρύς, με κύριους εκπροσώπους την Ρευματοειδή, την Ψωριασική, την Αγκυλοποιητική αρθρίτιδα, αλλά και τον Συστηματικό Ερυθηματώδη Λύκο, το Σκληρόδερμα, το Σύνδρομο SJOGREN κ.α..

Η οστεοαρθρίτιδα είναι η φθορά του αρθρικού χόνδρου (τραγανό) που γίνεται σιγά σιγά και μπορεί να φθάσει μέχρι πλήρους καταστροφής και αποκάλυψης του υποχόνδριου οστού. Είναι η συχνότερη μορφή αρθρίτιδας και αφορά συνήθως αρθρώσεις που έχουν συνεχή κινητικότητα και υπόκεινται σε χρόνια καταπόνηση. Τα γόνατα που φέρουν σχεδόν όλο το βάρος του σώματος και λόγω της δουλειάς που κάνουν, παθαίνουν συχνά οστεοαρθρίτιδα εκφυλιστικού τύπου, άλλοτε μεγαλύτερου και άλλοτε μικρότερου βαθμού.

Άλλες αρθρώσεις που προσβάλλονται από οστεοαρθρίτιδα είναι οι αρθρώσεις των δακτύλων, η βάση του αντίχειρα, τα ισχία, η αυχενική και οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης

Θεωρητικά πάντα, εάν μια άρθρωση δεν καταπονηθεί ποτέ, δεν θα υποστεί ποτέ εκφυλιστική αρθρίτιδα.

Στην ανάπτυξη της οστεοαρθρίτιδας συμβάλουν ορισμένοι προδιαθεσικοί παράγοντες όπως συγγενείς ανωμαλίες της άρθρωσης, τραυματισμοί, διαταραχές της αιμάτωσης των αρθρικών επιφανειών, φλεγμονές κλπ. Επίσης η παχυσαρκία και ορισμένες εκ γενετής παθήσεις, παίζουν ρόλο στην ανάπτυξη της εκφυλιστικής οστεοαρθρίτιδας.

Χαρακτηριστικό της νόσου είναι ότι εφόσον ο αρθρικός χόνδρος υποστεί αλλοίωση και χάσει την ολισθηρότητα και την στιλπνότητά του, η

διάβρωση συνεχίζεται και γίνεται μεγαλύτερη υπό την επίδραση των κινήσεων της άρθρωσης και του βάρους

Στην αρχή ο αρθρικός χόνδρος γίνεται μαλακός και διαβρώνεται. Αργότερα το οστό κάτω από την άρθρωση σκληραίνει, ενώ στην περιφέρεια της άρθρωσης παρατηρείται αντιδραστική παραγωγή νέου οστού, τα γνωστά οστεόφυτα («άλατα»). Τα οστεόφυτα «ενοχλούν» τους συνδέσμους και τους τένοντες με αποτέλεσμα να προκαλούν πόνο και φλεγμονή

Το κύριο σύμπτωμα της οστεοαρθρίτιδας είναι ο πόνος κατά την κίνηση που σταδιακά μπορεί να δημιουργήσει δυσκολία στην λειτουργία της άρθρωσης και στις καθημερινές δραστηριότητες του ατόμου. Άλλα συμπτώματα μπορεί να είναι η πρωινή δυσκαμψία μικρής διάρκειας, η διόγκωση, η παραμόρφωση και ο κριγμός κατά την κίνηση, της άρθρωσης.

Και αν η οστεοαρθρίτιδα μπορεί να θεωρηθεί εκφυλιστική νόσος, στις αρθρίτιδες που κατατάσσονται στην κατηγορία των φλεγμονωδών/ αυτοάνοσων παθήσεων κομβικό ρόλο διαδραματίζει το ανοσοποιητικό σύστημα. Το ανοσοποιητικό σύστημα είναι ένα πολύπλοκο δίκτυο από κύτταρα και συστατικά κυττάρων. Ο φυσιολογικός ρόλος του ανοσοποιητικού συστήματος είναι να προστατεύει τον οργανισμό και να αντιμετωπίζει τις λοιμώξεις που προκαλούνται από βακτήρια, ιούς και άλλα μικρόβια που εισβάλουν στο σώμα. Όταν κάποιος πάσχει από ένα αυτοάνοσο νόσημα, το ανοσοποιητικό του σύστημα λανθασμένα επιτίθεται εναντίον του ίδιου του σώματος του, στοχεύοντας τα κύτταρα, τους ιστούς και τα όργανά του και στην προκειμένη περίπτωση η επίθεση στρέφεται εναντίον κάποιων δομών των αρθρώσεων.

Τα νοσήματα αυτά είναι συστηματικά που σημαίνει ότι εκτός των αρθρώσεων μπορεί να εμφανίζονται γενικά συμπτώματα (απώλεια σωματικού βάρους, πυρετός, καταβολή) και συμπτώματα από άλλα όργανα (συνήθως δέρμα, οφθαλμοί, βλεννογόνοι, καρδιά, αιμοποιητικό κ.α.).

Η καθιέρωση της Παγκόσμιας Ημέρας Αρθρίτιδας σκοπό έχει την ευαισθητοποίηση του γενικού πληθυσμού και στοχεύει στην ανάδειξη της σημασίας της έγκαιρης διάγνωσης των ρευματικών μυοσκελετικών παθήσεων. Το βασικό μήνυμα είναι ότι συμπτώματα που επιμένουν όπως ο πόνος, η ερυθρότητα, η διόγκωση, η πρωινή δυσκαμψία, ο κριγμός μιας ή περισσότερων αρθρώσεων / σπονδυλικής στήλης, η δυσκολία στο ντύσιμο, στο περπάτημα ή στο ανέβασμα και κατέβασμα σκάλας οφείλουν να κινητοποιήσουν τον πάσχοντα και να αναζητήσει συμβουλή στον προσωπικό του γιατρό, (Παθολόγο, Γενικό ιατρό) στον Ορθοπαιδικό του ή απευθείας στον ειδικό γιατρό στην παθολογία των αρθρώσεων που είναι ο Ρευματολόγος.

Η τελική διάγνωση δεν είναι πάντα εύκολη. Ο χρόνος που εμφανίζονται τα συμπτώματα, το είδος των αρθρώσεων που προσβάλλονται, η ηλικία, η συμμετοχή οργάνων και συστημάτων πέραν του μυοσκελετικού, ο εργαστηριακός έλεγχος για δείκτες φλεγμονής και ειδικά αντισώματα, ο ακτινολογικός έλεγχος, αλλά κυρίως η κλινική εξέταση του ασθενούς, θα βοηθήσουν να τεθεί μια οριστική διάγνωση. Θα πρέπει να τονιστεί ότι ο εργαστηριακός έλεγχος για ρευματικά νοσήματα έχει νόημα μόνο όταν μπορεί να συσχετιστεί με τα κλινικά ευρήματα. Διαφορετικά όχι μόνο αυξάνει το κόστος χωρίς να προσφέρει κάτι, αλλά μπορεί να αποτελέσει συγχυτικό παράγοντα και να οδηγήσει σε περαιτέρω ταλαιπωρία του ασθενούς.

Η επιλογή της κατάλληλης θεραπείας που θα δοθεί θα βελτιώσει την έκβαση της ποιότητας ζωής, την ικανότητα για εργασία και θα μειώσει την εμφάνιση μόνιμων παραμορφώσεων και αναπηρίας.

Στο πνεύμα αυτό, της πρώιμης διάγνωσης της αρθρίτιδας, η Ελληνική Ρευματολογική Εταιρία υποστηρίζει την πανευρωπαϊκή καμπάνια «ΩΡΑ ΓΙΑ ΔΟΥΛΕΙΑ» που αποτελεί μέρος της γενικότερης ενημερωτικής εκστρατείας «ΜΗΝ ΑΡΓΕΙΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥ ΤΩΡΑ»

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΡΕΘΥΜΝΟΥ