

1

Que és l'artritis reumatoide?

Guia Pràctica del Malalt 1
Societat Valenciana de Reumatologia
2009

Patrocinador



Bristol-Myers Squibb
www.bms.es

Que és l'artritis reumatoide?

Guia Pràctica del Malalt 1
Societat Valenciana de Reumatologia
2009



Guia Pràctica del Malalt 1

Que és l'artritis reumatoide?

Autor: Societat Valenciana de Reumatologia

Disseny: Bosco

© Societat Valenciana de Reumatologia

València, desembre 2009

Aquest és el primer llibre per al pacient que edita la Societat Valenciana de Reumatologia. I començar per ací és degut a que l'artritis reumatoide és, sense dubte, la malaltia reumàtica per excel·lència, a la qual deguem en gran part que la Reumatologia siga una Especialitat Mèdica reconeguda a tot el món. El reumatòleg es prepara durant anys per a ajudar i entendre el pacient reumàtic, potser injustament ignorat per la societat en què vivim, probablement per desconeixement de les limitacions i el sofriment que comporta aquesta malaltia. La nostra tasca consisteix en intentar que el pacient mantinga una salut física i psíquica que li permeta integrar-se a la societat de la millor manera possible, i és la nostra funció lluitar per això. Teniu tot el nostre recolzament i especialment en l'actualitat quan, gràcies a la labor combinada amb l'empresa farmacèutica, hem aconseguit entre tots que disposem d'excel·lents tractaments després d'anys d'investigació en la què han participat molts pacients.

Anem per bon camí, estem avançant enormement en el coneixement de la vostra malaltia i en els tractaments que el vostre reumatòleg aplicarà a cadascun de vosaltres de manera individualitzada i personalitzada.

Junts, vosaltres i nosaltres, formem un bon equip. Gràcies per la vostra paciència; gràcies per la vostra confiança.

Continuarem treballant, estudiant i investigant per vosaltres.

La Societat Valenciana de Reumatologia

Col·labora amb nosaltres, envia'ns les teues preguntes i els teus dubtes i entra en el suplement d'artritis reumatoide i intentarem ajudar-te. www.svreumatologia.com.

- 1 On és produïx el dany?
- 2 Per què es produïx?
- 3 Síntomes clínics
- 4 Com es diagnostica?
- 5 Quin és el tractament?
- 6 Tractaments clàssics
- 7 Tractaments nous
- 8 Preguntes freqüents

Que és l'artritis reumatoide?

Introducció

És una poliartritis crònica, és a dir, l'**inflamació de moltes articulacions, durant un temps superior a 6 mesos**. Els símptomes que ocasiona (dolor, rigidesa, inflamació i limitació en la mobilitat) varien molt d'un malalt a un altre, de manera que no hi ha dos malalts iguals. Amb un diagnòstic precoç i un tractament adequat s'aconsegueix un **bon control de la malaltia en la majoria dels casos**. L'artritis reumatoide és una de les més de 100 malalties reumàtiques existents, amb un pronòstic i un tractaments específics, per la qual cosa el diagnòstic ha de ser necessari (generalment realitzat o confirmat per un reumatòleg).

A Espanya la pateix una de cada 200 persones, i la seua distribució és universal, afectant a totes les races (a Europa Occidental arriba fins a un 4% de la població d'algunes zones). Sol iniciar-se en la tercera o quarta dècada de la vida, però pot presentar-se a qualsevol edat i per tant també en xiquets i persones majors. Afecta a ambdós sexes encara que és més freqüent en dones.

On és produeix el dany?

Capítol 1

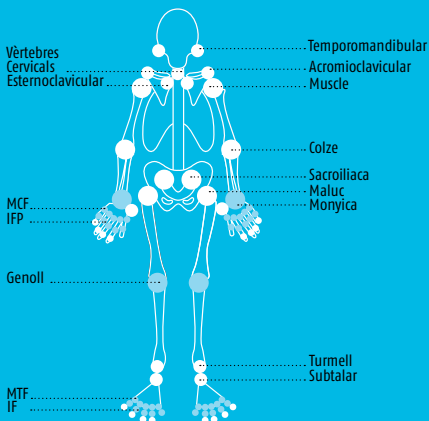
Inflamació de la membrana sinovial i aparició del dolor

En circumstàncies normals les articulacions disposen de la membrana sinovial, que recobrix el seu interior protegint-les i nodrint-les. L'artritis reumatoide es caracteritza per un **procés inflamatori crònic que afecta la membrana sinovial**. La sinovial s'inflama i invadix el cartílag i l'os subjacent, danyant-los. Esta inflamació serà la responsable del dolor i de la **sensació de rigidesa** que es pot notar pels matins.

Este període prolongat de rigidesa matutina, **més de mitja hora**, orienta cap a este tipus de patologia, i ens servix per a diferenciar-lo per exemple de l'artrosi, on la rigidesa matutina no sobrepassa els 10 minuts (a més l'artrosi afecta les articulacions mes distals dels dits, fet que no passa en l'artritis reumatoide).

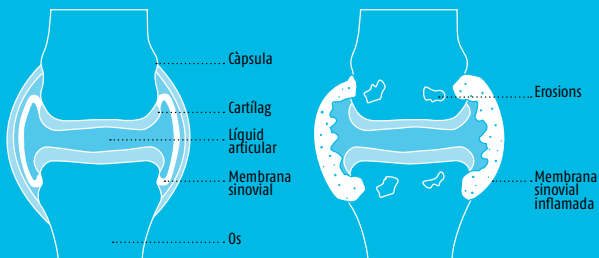
Articulacions

Esquema 1



Erosió del cartílag

Esquema 2 y 3



Que és l'artritis reumatoide?

Per què es produeix?

Capítol 2

L'artritis reumatoide no és una malaltia hereditària. Tampoc no és contagiosa. Realment, malgrat tots els avanços en el seu coneixement, encara es desconeix la causa que la produeix.

Per alguna raó es produeix una activació dels circuits inflamatoris que, intentant salvaguardar l'organisme, el que fan és danyar estructures pròpies, en aquest cas les articulacions fonamentalment.

Al desencadenar-se el procés inflamatori poden aparèixer símptomes constitucionals com són: sensació de cansament o esgotament, febrícula, anorèxia o pèrdua de la gana, ull o boca seca.

Síntomes clínic

Capítol 3

Dolor i tumefacció de les articulacions. El més freqüent és que afecta les mans, monyiques i dits, i també que produïska dolor en la planta del peu (que anomenem *metatarsàlgia*). Però pot inflamar colzes, muscles, malucs, genolls i turmells. També pot produir dolor en la columna sobretot a nivell del coll.

Rigidesa matutina. Pels matins és freqüent alçar-se amb les mans inflamades, amb pèrdua de força i que pot durar fins a diverses hores.

Sequedat de mucoses. L'artritis pot acompanyar-se d'altres símptomes com este, sobretot a nivell de la boca i de la vista (també pot ocasionar sequedat vaginal).

Aparició de nòduls reumatoïdes. En la pell, en zones de fregament, de tendons, poden aparéixer unes induracions.

Deformitats articulars. En alguns casos, l'artritis acaba provocant danys irreversibles d'estructuras musculoesquelètiques. És per això molt important la detecció precoç de la malaltia per a iniciar tractament i evitar arribar a esta fase.

Com es diagnostica?

Capítol 4

Precisa d'una certa experiència sobretot si les manifestacions són lleus, i perquè hi ha malalties reumàtiques que poden produir molèsties semblants. Per este motiu, les troballes que es poden fer a les radiografies i alguns estudis analítics (factor reumatoide, anticossos anti pèptid-citrulinat, reactants de fase aguda, anticossos antinuclears) són de gran utilitat per a confirmar el diagnòstic.

L'artritis reumatoide suposa un canvi en la vida del pacient i del seu entorn. Quant millor s'adapte el malalt a la seua nova situació, millors resultats podem trobar després de la instauració del tractament. També és molt important la informació i la comunicació metge-pacient.

Quin és el tractament?

Capítol 5

Mesures generals

Les decisions seran sempre individualitzades, buscant en cada cas el màxim benefici amb el mínim risc possible per al pacient.

És molt important no desanimar-se i insistir a **evitar símptomes d'estrés**, d'ansietat i de depressió, **usar calçat adequat i plantilles**, i intentar adaptar els utensilis d'ús diari a les limitacions del pacient, per al que recomanem sempre contactar amb ortopèdies especialitzades.

Es recomana un **bon descans nocturn**, **una activitat física que es tolere** i **evitar l'obesitat**. Recorda que "cada pacient és un món" i que hi ha diferents graus de gravetat.

El **control de la salut cardiovascular** és clau, per la qual cosa cal realitzar controls de pressió sanguínia, greixos i glucosa de manera rutinària des del Centre de Salut.

Tractaments clàssics

Capítol 6

Hi ha múltiples tractaments que poden funcionar en l'artritis reumatoide, alguns simplement s'usen de manera simptomàtica (per a calmar el dolor i l'inflamació), com els analgèsics, els antiinflamatoris i els corticoides (orals o utilitzats per mitjà d'infiltracions).

Però hi ha altres grups de fàrmacs que poden modificar el curs de la malaltia, millorant l'inflamació i disminuint el dany articular, aconseguint una millora molt significativa de la malaltia i per tant augmentant la qualitat de vida i minimitzant el grau de discapacitat.

Tractaments nous

Capítol 7

L'artritis reumatoide és el centre principal de les investigacions en Reumatologia, ja que es tracta d'una malaltia greu però al mateix temps molt prevalent en la població, d'ací l'interés per aconseguir fàrmacs cada vegada més eficaços.

Estem en una nou era, *l'era de la Teràpia Biològica*, on les dianes terapèutiques actuen sobre mediadors de l'inflamació. Per a més informació consulte el seu reumatòleg.

Preguntes freqüents

Capítol 8

1. Tinc 25 anys i el meu Reumatòleg m'ha diagnosticat artritis reumatoide, jo pensava que el reuma es donava en persones majors.

Resposta: Els malalties reumàtiques s'observen a qualsevol edat. Realment el "reuma" no equival a cap malaltia, el que sí que hi ha son malalties reumàtiques, entre elles estan les artritis (com l'artritis reumatoide), i altres malalties com l'artrosi, osteoporosi, etc. En qualsevol cas cada una te un diagnòstic i un tractament.

2. Des de fa 6 mesos que tinc les mans unflades i dolorides i el meu metge de capçalera m'ha comentat que acudisca a un reumatòleg, pot ser artritis?

Resposta: Des d'una consulta de reumatologia, l'especialista, segons els símptomes i signes que presente, podrà orientar el diagnòstic. Si es tracta d'una artritis, generalment hi ha dolor i rigidesa matutina de més de mitja hora. Per descomptat, en cas de sospita, el millor és que es derive al pacient a la consulta de reumatologia com més prompte millor. El procés diagnòstic es realitza

sobre la base de la història clínica i de l'examen físic i sol precisar de personal entrenat en patologia reumàtica. És probable que el metge desitge observar els seus símptomes durant un temps i li sol·licite estudis complementaris per a determinar i si així fora, per a diagnosticar específicament el tipus d'artritis.

3. Pot ser que la sequedat que presente siga per l'artritis reumatoide?

Resposta: Efectivament, l'artritis reumatoide presenta algunes manifestacions denominades extraarticulars entre elles, el *Síndrome sec*, que provoca sequedat de mucoses, sobretot en ulls i boca. Ha de comentar-li-ho al seu especialista per a iniciar tractament d'estes manifestacions que poden arribar a ser molt molestes.



Per a més informació sobre
Que és l'artritis reumatoide?

Si té algun dubte o vol rebre més informació pot consultar la nostra web. La Societat Valenciana de Reumatologia ha posat a la seva disposició una secció de [Preguntes i Respostes \(FAQs\)](#) on pot adreçar la seva pregunta que serà resposta per un reumatòleg de la nostra Societat.

www.svreumatologia.com/artritis/FAQs.html

