

ARTRİT HASTALIĞINI **TANIYOR MUYUZ?**



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
SAĞLIK BAKANLIĞI

saglik.gov.tr

0000
/SaglikBakanligi

ARTRİT HASTALIĞI NEDİR?



- Artrit, bir veya daha fazla eklemin iltihaplanması veya şişmesi anlamına gelir.
- Eklemleri, eklem çevresindeki dokuları ve diğer bağ dokularını etkileyen 100'den fazla durumu tanımlar.
- Hastalığa özgü bulgular artritin türüne bağlı olarak değişir, ancak genellikle eklem ağrısı ve sertliğini içerir.

ARTRİT HASTALIĞININ BELİRTİLERİ NELERDİR?

Eklemlerde görülen belirtiler:

- ağrı
- eklemde şişlik
- eklemde kızarıklık ve ısı artışı
- eklemde sertlik veya hareket azalması

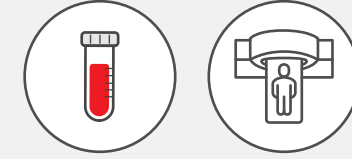
Genel belirtiler:

- yorgunluk
- kendini iyi hissetmeme
- kilo kaybı

NASIL TEŞHİS EDİLİR?



Enflamasyon veya diğer artrit belirtilerini aramak için kan testleri yapılabilir. Bazen eklemden sıvı örneği alınabilir.



Kıkırdak kaybı veya eklemdaki boşlukta daralma olup olmadığına bakmak için röntgen, ultrason veya bilgisayarlı tomografi taraması yapılabilir.

NASIL TEDAVİ EDİLİR?

En uygun tedavi, hangi artrit türüne sahip olduğunuza, hangi eklemlerin etkilendiğine ve sahip olduğunuz bulgulara bağlı olacaktır.

Tedavi şunları içerebilir:

- ağrı kesiciler, anti-enflamatuar ilaçlar veya hastalığı yavaşlatan ilaçlar
- ağrı yönetimi teknikleri

ARTRİT HASTALIĞI İLE SAĞLIKLI YAŞAMAK İÇİN "ALTIN KURALLAR" NELERDİR?



Düzenli egzersiz yapın.

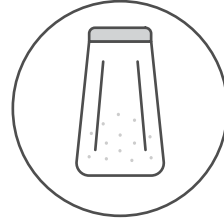


Sağlıklı beslenin.

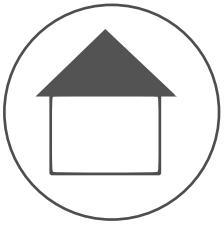


SİGARA

Tütün/ tütün ürünleri ve alkol kullanmaktan kaçınin.



Tuz tüketimini azaltın.



Yaşam alanlarınızı hayatınızı kolaylaştıracak şekilde düzenleyin.

Hastalığınızın ilerlemesini önlemek için **doktorunuzun önerdiği sıklıkta takiplerinizi yaptırmayı ihmal etmeyin.**