



Oier GOROSABEL
Fisioterapeuta

Artritis erreumatoidea

Etxe guztietan, amonek leku berezia dute eta haietako askoren eskuetan ikusi ditugu gehienok osasun arazo honen ikur diren atzamar oker edo bihurriak. Artritis erreumatoidea gorputzeko edozein artikulaziotan gerta badaiteke ere, eskuetakoa da begi-bistakoena, eta gaia bizkor kokatzeko balio digu. Gogora dezagun, baita ere, artikulazioen arazo arruntenak diren artrosi eta artritisaren arteko aldea: lehenean, arazo nagusia kartilagoen higadura da, eta bigarrenaren ezaugarriak inflamazioa eta deformazioa dira, minarekin batera. Ezaugarri horiek markatuko digute arazoa non dagoen, eta, beraz, tratamendua norantz bideratu behar dugun.

Artritis erreumatoidea funtsean gaixotasun autoimmune bat da. Gorputzeko defentsa sistemaren funtzioa kanpotik sartzen diren organismo arrotzetatik gu babestea da; baina gaixotasun autoimmuneetan, defentsak geure gorputzari eraso egiten hasten dira. Horren ondorio da artritis erreumatoidean ohikoa den artikulazioen hantura, epe luzera kapsularen, kartilagoaren, lotailuen eta hezuraren hondamena ekar dezakeena. Ez dago argi hau zergatik gertatzen den: kasuen erdietan gutxi gora-behera, faktore genetiko bat egoten da; baina horrelakorik ez duten pertsona askori ere gertatzen zaie. Kasu hauetan, gaixotasuna garatzea erraztu dezaketen zenbait faktore identifikatu dira jada, hala nola loditasuna edo toxikoak hartzea (tabakoa bereziki).

Gure amonen esku okerrak gogoratu, pentsa daiteke artritis erreumatoidea zahartzaroan agertzen den arazoa dela, baina ez da horrela: kasu gehienetan, arazoa 25-50 urte artean agertzen da, hortik aurrera progresiboki garatuz. Duela

30 bat urtera arte, gaixotasunak dakarren deformazioa eguneroko bizitza guztiz eragoztera iristen zen. Farmakologian aurrerapen handiak egin dira, ordea, eta prebentzio neurri orokorrekin batera (aktibitate fisiko egokia egitea, gorputzaren pisua kontrolatzea, toxikorik ez hartzea...), gaur egun paziente askok bizitza kalitate eta autonomia maila onargarri batean mantendu dezakete.

Sintomei dagokienez, artritis erreumatoidea duen pazienteak lehenik igartzen duena artikulazioetako mina izaten da, eta haiek erabiltzea eragozten du horrek. Fase aurreratuagoetan, artikulazioaren forma alda daiteke eta inguruan dituen muskuluak atrofia daitezke; baina honetan eragin handia du hastapen faseetan egin den tratamenduak.

Tratamendu hau gaixotasunaren aldietara egokitu behar da: izan ere, artritis erreumatoidearen garapenean min eta hanturaren gorakadak egoten dira, tarteko barealdiekin txandakatuta. Bistan denez, aldi bakoitzean egin ditzake-

gun tratamenduak ezberdinak izango dira: min aldietan, helburua analgesia eta inflamazioaren jaitsiera izango da; tarteko barealdiak, berriz, egokiak dira mugikortasuna mantentzeko eta giharrak sendotzeko ariketak egiteko. Behin agertzen denez geroztik, artritis erreumatoidea bizitza osorako gaixotasuna izaten da, beraz, nabarmenduko nuke, lehen fase honetan, min aldietan, tratamendu analgesiko eta antiinflamatorio egokia garrantzitsua izaten dela epe luzera garatuko diren deformazioak ahal denik eta txikienak izateko. Zeren eta behin deformazio hauek presente daudenean, haiek zuzentzeko neurri ia bakarra kirurgia izaten da, eta emaitzak ez dira beti onak izaten. •



Atzamar okerrak dira osasun arazo honen ikurra. Aree THAISAGUL | GETTY