

JUVENILIS IDIOPÁTHIÁS ARTHRITIS

Néhány tény a Juvenilis Idiopáthiás Arthritisről

Az arthritis szó hallatán gyakran csak az idősebb korosztályra gondolunk, de ugyanúgy érinthet gyermekeket is. A legtöbb típusú gyermekkori arthritist juvenilis Idiopáthiás arthritisnek nevezzük (JIA). A JIA duzzanatot, gyulladást és fájdalmat okoz egy, vagy több ízületben.

A JIA-nak számos kiváltó oka lehet, de gyakorta az ok ismeretlen marad. A JIA tünetei időszakosan enyhülhetnek, de egy multidiszciplináris team megfelelő kezelésével a **legtöbb fiatal teljes életet élhet**.

A **16 éves kor alatt** diagnosztizált gyulladós arthritist, melynek **tünetei 6 hétnél tovább fennállnak**, JIA-nak nevezzük. A betegség leginkább **2-6 és 12-14 éves korban jelentkezik**, és lányok körében kissé gyakoribb.



A JIA KÖRÜLBELÜL 1000-BŐL 1 GYERMEKET ÉRINT

A JIA tünetei

A JIA-nak számos altípusa ismert, és ennek megfelelően több eltérő tünet is jelentkezhet. Az altípus ismeretében az egészségügyi team a lehető legmegfelelőbb terápiát tudja biztosítani a gyermekek számára.

Jelentkezzen orvosi konzultációra, ha több héten keresztül az alábbi tünetek bármelyikét észleli gyermekén:

- **fájdalmas, duzzadt vagy merev ízület(ek)**, jellemzően reggel
- **hátfájdalom**, mely a reggeli órákban kifejezettebb
- **meleg tapintatú ízület(ek)**
- fokozott **fáradékonyság**
- **visszatérő láz**
- **sántítás**, melynek hátterében nincs sérülés

A korai diagnózis pozitívan befolyásolja a betegség lefolyását. A hatékony terápia azonnali megkezdése pedig mérsékli a tüneteket és segíti a visszatérést a mindennapi tevékenységekhez.



JIA és testmozgás

Ha gyermeke JIA-val él együtt **fontos, hogy folytassa a testmozgást**. Segít fenntartani az általános fittséget, valamint erősebbé és rugalmasabbá teszi az izmokat. Megelőzheti az ízületek károsodását, fokozza a mozgékonyt, a koordinációt, javítja az életminőséget és növeli az önbizalmat.

A **gyógytornász a gyermekek igényeinek megfelelő mozgásprogramot állít össze**. Ahogy az ízületi gyulladás kontrollálhatóvá válik és az általános fittség is javul, gyermeke lassan elkezdheti nehezíteni a gyakorlatokat.



A JIA fizioterápiája

A gyógytornászok a gyermekekkel és családtagjaikkal (néha még az iskolával és edzővel is) együttműködve kezelési tervet dolgoznak ki, melynek célja:

- **fizikai funkciók fejlesztése** (mobilitás, ügyesség, izomerő, állóképesség)
- páciens és családjának támogatása a **rehabilitációs feladatok mindennapi rutinná alakításában**
- **fájdalom kezelésére** szolgáló stratégiák elsajátítása
- segítség a megfelelő sport és egyéb fizikai aktivitáshoz köthető hobbi megtalálásában, melyen keresztül a gyermekek **céljaik elérésére törekedhetnek**
- kezelési vagy megelőzési stratégiák kialakítása a **jövőbeli mozgásszervi (sport) sérülések elkerülésére**
- a gyermekek **önbizalmának növelése**, a fizikai lehetőségeik figyelembevételével
- felmerülő problémák, **nehéz helyzetek megoldásának** támogatása

A **gyógytorna fontos szerepet tölt be a JIA tüneteinek kezelésében és segít gyermekének, hogy a számára fontos aktivitásokat végezhesse.**



**World
PT Day
2023**

SZEPTEMBER 8



**World
Physiotherapy**

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday