



Artrit ve Tedavisi

Yaşlılıkla ilgili hastalıkların içinde önemli bir hastalık tipi eklem iltihabı (artrit)'dir. Bu hastalığı taşımayanlara kıyasla, artrit hastalarının hareket kabiliyeti kısıtlanmıştır. Ayrıca, artritli hastaların bu özellikleri, obesite, kalp hastalıkları, şeker hastalığı gibi hastalıkların oluşmasını da kolaylaştırmaktadır.

Artrit'in tedavisi için değişik tedavi yöntemleri vardır. Bu tedavilerin yarar ve zararları hakkında bilgileri, hastalar için en kolay ulaşılabilir sağlık personeli olan eczacılar verebilir. Artrit tedavisine başlanmadan önce, hastalığın teşhisi bir hekim tarafından yapılmalıdır. Değişik artrit tipleri için farklı tedaviler mevcuttur.

- En sık rastlanılan tür **osteoartrit**
- **romatoid (romatizmal) artrit, çocuklarda görülen romatoid artrit,**
- **sedef hastalığına bağlı artrit**
- **gut hastalığına bağlı artrit**

gibi tipleri vardır.

Osteoartrit, dejeneratif eklem hastalığı, halk arasında ise **kireçlenme** veya **yaşlılık romatizması,** olarak bilinen bir hastalık olup, eklemlerde ve kemiklerde şekil bozukluğu ile kendini belli eden bir rahatsızlıktır. Özellikle diz eklemlerinde hareketler ağırlaşır ve her harekette kısıtlılık şeklinde sesler duyulur. Osteoartrit hastalığının oluşum biçimi bilinmemekle beraber, eklem kıkırdağının ve bunun altındaki kemiğin bozulmasıyla gelişen müzmin bir hastalıktır. İstatistiklere göre bu hastalık 70 yaşın üstündeki insanların % 85' inde mevcut olup daha sıklıkla 45 yaşın altında erkeklerde ve 45 yaşın üstünde kadınlarda görülmektedir. Bu hastalığa yakalanmış kişilerde, eklemlerdeki kıkırdak dokusu bozulmakta, parçalanmakta ve eklem kıkırdağı altındaki kemik meydana çıkmaktadır. Kemiğin bu bölgesinde de, anormal olarak çıkıntılar

biçiminde yeni kemik dokusu yapılmaktadır ve şekil bozukluklarına yol açmaktadır.

Artrit Tedavisinde Kullanılan İlaçlar

Dahilen Kullanılan Analjezikler

Propektüste bildirilen veya hekimin tavsiye ettiği şekilde uygun kullanımlarında, artrite bağlı ağrı tedavisinde önemli yer tutarlar. Non-steroid antiinflamatuvar ilaçlar (NSAİİ) olarak da bilinen aspirin, ibuprofen, naproksen sodyum ve ketoprofen yetişkin artrit hastalarındaki minör ağrıyı iyileştirmek için yaygın kullanılmakla beraber, hekim tavsiyesi olmadıkça 12 yaşın altındaki hastalarda kullanılması sakıncalı ilaçlardır.

Artrit ağrılarını dindirmek için kullanılan analjeziklerin, artrit hastalığının ilerleyişini tedavi etmek gibi bir etkisinin olmadığı hastaya söylenmelidir. Ağrı dindirilse de, hastalık ilerlemeye devam eder. Artrit ağrısının tedavisinde kullanılan bu analjezikler on günden fazla devamlı olarak kullanılmamalıdır. Kronik artrit hastalarının, bu ilaçları kullanırken dikkat etmeleri gereken hususlar, yan etkiler gibi, eczacı tarafından hastaya açık bir şekilde anlatılmalıdır. NSAİİ'lere kıyasla parasetamol daha güvenli bir analjeziktir ancak etkinliği daha düşüktür.

Haricen kullanılan analjezikler

Sıcaklık hissi veren metil salisilat ve serinletici his veren kafur veya mentol içeren preparatlardır. Bu ilaçlar, deri altındaki dokularda hafif bir ısınmaya sebep olurken, sıcaklık hissi genellikle deri üzerindeymiş gibi hissedilir. Bu ilaçlar genellikle rahatsız edici kokulara sahiptir. Merhem formülasyonunda olan bu ilaçlar ayrıca deri üzerinde yağlanma hissi bırakırlar. Bu ilaçlar sıklıkla sıcak su torbası ile yapılan termoterapi ile beraber kullanılırlarsa da, hastaya bu iki tedavinin beraber

kullanılmasının deri üzerinde yanık oluşturma olasılığı söylenmelidir.

Sıcak Tedavisi (Termoterapi)

Termoterapi, ısı yastığı, sıcak su torbası, parafin balmumu banyoları ve ısı sargıları gibi ısıtıcı ekipmanla yapılan tedavidir. Bu şekilde yapılan tedavi ile, kan akımında oluşan hızlanma sonucu hastanın ağrıya toleransında gelişme ve hareket kabiliyetinde artma sağlanır. Yapılan çalışmalar sonucunda, artrit hastalarının ılık bir duştan sonra, iltihaplı eklem üzerine uyguladığı sıcak havlu ile tedavi sonrasında ağrıda azalma ve rahatlama meydana geldiği tespit edilmiştir. Hastalara, ısıtıcı ekipmanların kullanma talimatlarına dikkat etmeleri tavsiye edilmelidir. Örneğin, ısıtma sargısı osteoartrit için tavsiye edilirken, romatoid artrit vakalarında kullanılması için hekime danışılması istenmelidir

Sıcak tedavisi uygulanırken dikkat edilmesi önemli bir husus, deri üzerinde yanık meydana gelme ihtimalidir..

Soğuk Tedavisi (Cryotherapy)

Soğuk tedavisi ile eklem çevresindeki sinirlerin uyuşması sonucu ağrı hissini azaltması sağlanmaktadır. Soğuk tedavisi ayrıca eklem civarında enflamasyonu azaltır ve kas tonusunun artmasını ve dolayısıyla kas sertleşmesini önler. Eczanelerden veya medikallerden temin edilebilen jel paketçikleri ile soğuk tedavisi uygulanabilmektedir.

Hastalara, soğuk tedavisi sırasında uygulanan bölgede uyuşma olması halinde veya her 20 dakikada bir veya hangisi önce gelirse, soğuk tedavisine ara vermesi gerektiği söylenmelidir.

Diğer Tedaviler

Her ne kadar bilimsel desteği olmasa da, artrit hastaları için popüler alternatif tedaviler mevcuttur. Özellikle, osteoartrit hastaları, eklemlerde oluşan şekil bozukluklarının da neden olduğu

hayal kırıklığı sonucunda, sıklıkla alternatif tedavilere yönelmektedir. Glukozamin ve kondroitin doğal kıkırdak koruyucuları olarak alternatif tedavi tipleri arasında en popüler olanlardır ve 1990'lı yıllarda Artrit tedavisi kitaplarına bilgi olarak girmiştir. Glukozamin, istiridye ve yengeç kabuklarından; kondroitin ise köpek balığı ve inek kıkırdaklarından elde edilir.

Kondroitin sülfat, kıkırdak, kemik ve tendonlar için en önemli maddelerden biridir. Uzun klinik araştırmalarda kondroitin sülfatın osteoartrit (artroz, dejeneratif eklem hastalığı) vakalarında hastalığın ilerlemesini ve eklem ağrısını azalttığı ve eklemleri güçlendirdiği bulunmuştur. Kemiklerde bulunan proteoglikanların büyük çoğunluğu kondroitin sülfat'tan oluşmaktadır ve doğal olarak sağlıklı insanlarda yeter miktarda bulunur. Fakat osteoartrit'ten ve artrit'in diğer formlarından etkilenen kişilerde eklem

kıkırdaklarında kondroitin sülfat miktarının azalabildiği gösterilmiştir. Kondroitin sülfat kıkırdakların su ve besinleri tutması ve diğer moleküllerin kıkırdağa doğru hareketinin (kıkırdağa kan akışı olmadığı için önemli bir özellik) temel unsuru olup, kıkırdağı korur. Dejeneratif eklem hastalığında (Osteoartrit), kıkırdak aşındığı için kondroitin sülfat kaybı vardır ve dışarıdan kondroitin kullanılması çok popüler bir tedavi şekli olmuştur.

Glukozamin, kıkırdaklarda bulunan ve glikozaminoglikonlar (glycosaminoglycans-GAG) olarak bilinen özel moleküllerin üretiminde vücudumuzun gereksinim duyduğu bir maddedir. Günlük yiyeceklerimizde önemli miktarda bulunmaz ve bu nedenle dışarıdan alınması gerekmektedir.

Glukozaminin eklemlerdeki en önemli fizyolojik fonksiyonu kıkırdak bileşiklerinin oluşumunu sağlamak, bunun yanında da kıkırdağa sülfür (kükürt) girişini sağlamaktır. Özet olarak kıkırdağın sadece oluşumunda değil beslenmesinde de önemli bir rol oynar. Son yıllardaki çalışmalar Glukozamin sülfatın osteoartrit semptomlarını azaltmada etkili olduğunu göstermiştir. Glukozamin sülfat ayrıca ağrı ve iltihap gidermede sıklıkla kullanılan analjeziklere kıyasla daha iyi sonuç vermiştir.

Bu moleküllerle yapılan araştırmalar, glukozamin ve kondroitin sülfatın ayrı ayrı artrit semptomlarını azalttığını göstermektedir. Örneğin, glukozamin ağrıyı azaltırken, kondroitin sülfat hastalığın ilerlemesini yavaşlatmaktadır. Glukozamin GAG sentezini artırırken, kondroitin sülfat kıkırdağı bozan enzimleri engellemektedir. Bu iki kıkırdak koruyucu molekül, farklı etki mekanizmaları olduğu için birbirlerini tamamlamaktadırlar ve artrit tedavisinde alternatif olarak günümüzde yaygın olarak kullanılmaktadır.

Sonuç olarak, eczacılar artrit hastalarının sorularına, yukarıdaki bilgilerin ışığında, doğru cevaplar vererek onları doğru yönlendirmekle önemli görevler yüklenebilirler. Bu hastaların yaşam kalitelerinin yükselmesinde önemli rolümüz olabileceğini unutmamalıyız.

Doç. Dr. Erden BANOĞLU
Gazi Üniversitesi Eczacılık Fakültesi



BİR İLÂN

95 model metalik mavi VW Golf

Sadece 200 km'de

Sadece birinci vites ve
geri vites kullanılmıştır.

Orijinal lastikler

Orijinal fren

Orijinal Yağ ve

halen ilk alınan benzin depoda.

İlk elden ve

iş değişimi dolayısıyla satış.

Müracaat

Temel - Tel: 675 43 21

Lütfen sayfa 40'a bakınız.