



ARTRİT NASIL TEDAVİ EDİLİR ?

Tedavi hastalığın türüne, evresine, şiddetine, birlikte bulunan hastalıklara ve hastanın beklentilerine göre planlanır

Tedavinin öncelikli amacı bulguları azaltmak, hastalığın ilerlemesi ve engelliliği önlemek, yaşam kalitesini artırmaktır

İlaç tedavisinden önce aşağıdaki tedbirlerin alınması ve tedavilerin yapılması önerilmektedir

- Dengeli beslenme
- Kilo kontrolü
- Egzersiz
- Eklemleri koruma davranışları
- Fizik tedavi uygulamaları
- Yardımcı cihaz kullanılması

ARTRİTE YAŞAMAK İÇİN "ALTIN KURALLAR"

Sağlıklı yaşam tarzını benimseyin

Sağlıklı beslenin

Düzenli fiziksel aktivite yapın

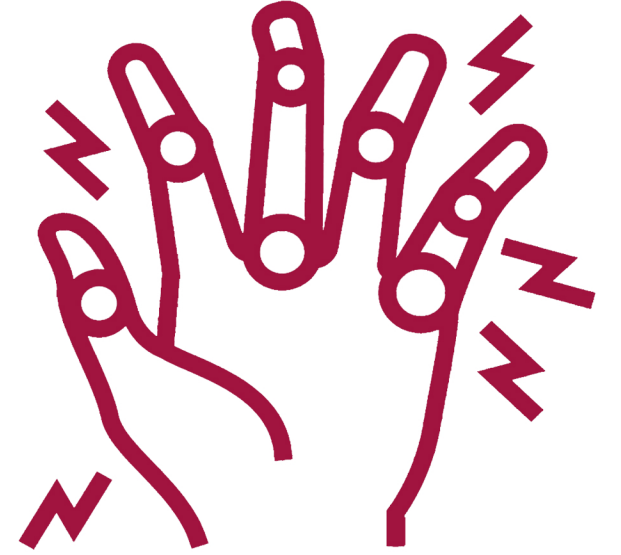
Sağlıklı vücut ağırlığınızı koruyun

Eklemlerinize aşırı yük binmesini engelleyin

Uzun süre aynı pozisyonda oturmayın

Belirli aralıklarla mola verin ve hareket edin

**Doktorunuz tarafından reçete edilen ilaçları
belirtilen şekilde ve düzenli olarak kullanın
önerilerine uyun!**



ARTRİTİ BİLİYOR MUYUZ?



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Detaylı bilgi için
<https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kronikhastaliklar>





ARTRİT NEDİR ?

- Kemiklerin birleşim yeri olan eklemlerde iltihaplanma ile kendini gösteren rahatsızlıktır
- Eklemleri ve eklem çevresindeki dokuları etkileyen 100'den fazla durumu tanımlar
- Eklemlere ilaveten göz, kalp, cilt gibi organları da etkileyebilmektedir

ARTRİTİN OLUŞMASINA NEDEN OLAN RİSK FAKTÖRLERİ NELERDİR ?

Değiştirilemeyen risk faktörleri

- Genetik yatkınlık
- Gelişimsel anomaliler
- Cinsiyet
- Yaş

Değiştirilebilir risk faktörleri

- Dengesiz beslenme
- Fazla kilo
- Travma
- Ağır sportif aktiviteler
- Beden gücüne dayalı meslekler
- Kas, kemik ve eklemleri etkileyen hastalıklar

ARTRİTİN BELİRTİLERİ NELERDİR ?

Bazı hastalarda iştahsızlık, halsizlik, kilo kaybı gibi genel belirtiler görülebilir

Diğer organların tutulumuna bağlı olarak göz kuruluğu, göğüs ağrısı gibi farklı bulguların görülebilmesi mümkündür

Eklemlerde görülen belirtiler

- Şişlik
- Kızarıklık ve ısı artışı
- Hassasiyet ve ağrı
- Hareket kısıtlılığı
- Genellikle sabahları görülen sertlik