



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

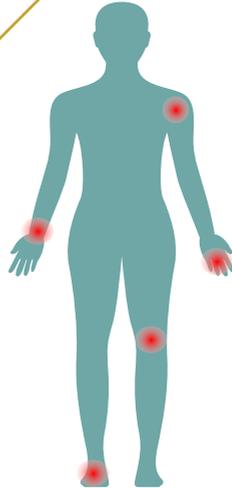
مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University

التهاب المفاصل

الروماتويدي

Rheumatoid

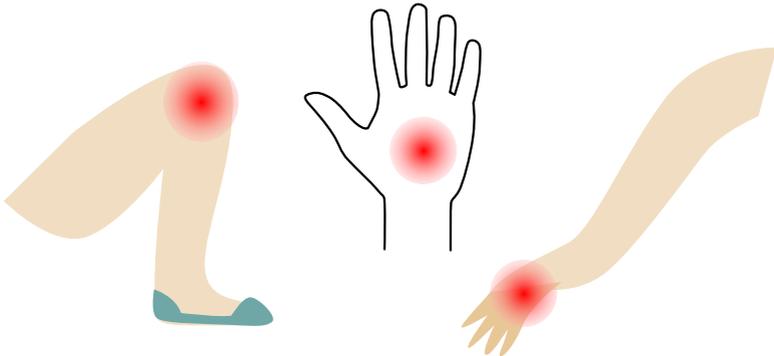
Arthritis



## ما هو التهاب المفاصل الروماتويدي؟

هو مرض مناعي ذاتي يهاجم المفاصل بشكل رئيسي و عادة ما يصيب مفاصل عديدة في نفس الوقت وأكثر المفاصل إصابة (مفاصل الرسغين, اليدين, و الركبتين) .

عندما يصيب الالتهاب الروماتويدي المفصل تصبح بطانة المفصل ملتهبة مما يؤدي إلى تلف في أنسجة المفصل و ينتج عنه ألماً مزمناً. و قد يؤثر الالتهاب على أنسجة الجسم الأخرى ويسبب مشاكل في أعضاء الجسم مثل: الرئتين , و العينين , و القلب.



## ماهو سبب التهاب المفاصل الروماتويدي؟

سببه غير مفهوم تماما , إلا إن هناك أدلة علمية على أن الجينات الوراثية , و الهرمونات , تجعلك أكثر عرضة للاستجابة للعوامل البيئية – مثل الإصابة ببعض البكتيريا و الفيروسات التي قد تسبب ارتفاع نسبة الإصابة بالمرض.



## ماهي عوامل الخطورة؟

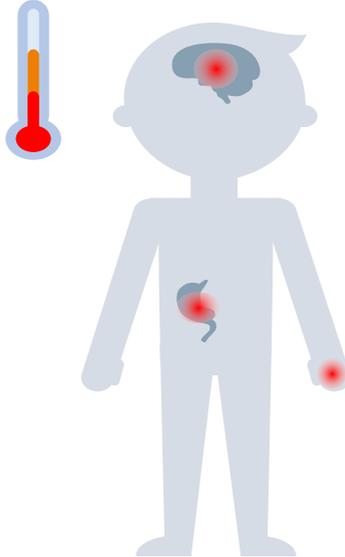
- ✓ **العمر** , تقدم العمر يرفع احتمالية الإصابة بالتهاب المفاصل الروماتويدي.
- ✓ **الجنس** , **النساء** معرضين بالإصابة بنحو ضعفين أو ثلاثة أضعاف مقارنة بالرجال.
- ✓ **العوامل الوراثية** .
- ✓ **عدم الإنجاب** .
- ✓ **التدخين** .
- ✓ **السمنة** .



## ماهي الأعراض؟

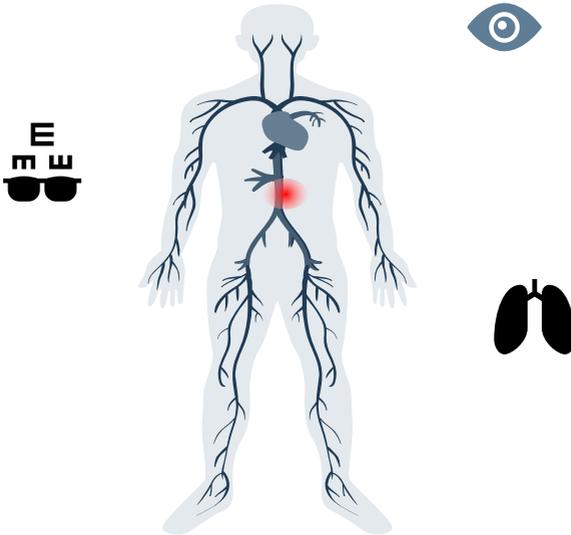
أعراض التهاب المفاصل الروماتويدي **تزداد وتقل** بأوقات ومن هذه الأعراض ما يلي:

- ✓ **ألم المفاصل**, و يتضمن التورم لمدة طويلة قد تصل إلى ستة أسابيع.
- ✓ تصلب المفصل لمدة **٣ دقيقة** أو أكثر من ذلك.
- ✓ ارتفاع درجة حرارة الجسم , التعب , فقدان الشهية.



## ماهي الأعراض؟

- ✓ تزداد الالتهابات.
- ✓ جفاف في الفم و العينين.
- ✓ ضعف في حاسة البصر.
- ✓ تتكون كتل صغيرة تحت طبقة الجلد على المناطق العظمية.
- ✓ التهاب الرئتين.
- ✓ التهاب الأوعية الدموية.



## ماهي المضاعفات؟

يزيد التهاب المفاصل الروماتويدي خطر إصابتك بما يلي:

**هشاشة العظام.** ازدياد التهاب المفاصل الروماتويدي نفسة

يؤثر على قوة العظام و أيضاً بعض الأدوية المستخدمة للعلاج

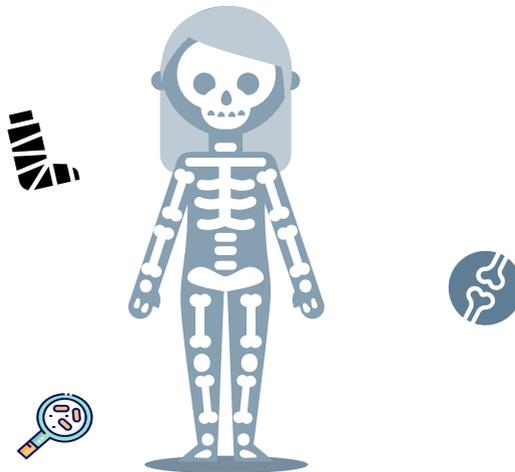
, وهي حالة تضعف العظام مما يؤدي إلى ارتفاع الاحتمال

لحدوث كسر.

**العدوى.** يمكن لالتهاب المفاصل الروماتويدي و بعض الأدوية

المستخدمة للعلاج تؤدي إلى اضعاف الجهاز المناعي , لذلك

تزداد نسبة الإصابة بالعدوى.

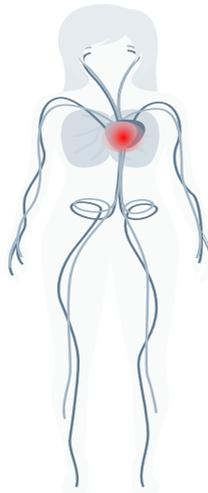


## ماهي المضاعفات؟

مشاكل القلب. التهاب المفاصل الروماتويدي من الممكن أن يزيد من خطورة الشرايين المسدودة و المتصلبة , و أيضاً التهاب الكيس المحيط بالقلب.

جفاف الفم و العينين. يتعرض المصاب بالتهاب المفاصل الروماتويدي بشكل أكبر للإصابة بمتلازمة شوغرن , وهو اضطراب يقلل من مستوى الرطوبة في الفم و العينين.

زيادة الوزن والسمنة . غالباً ما تكون نسبة الدهون أعلى لدى المصابين بالتهاب المفاصل الروماتويدي.



## ماهي المضاعفات؟

متلازمة النفق الرسغي. وهو انضغاط العصب المسؤول عن

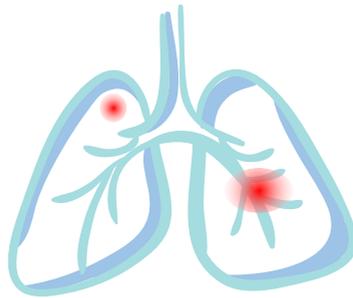
معظم وظائف الأصابع و اليد , يحدث عندما يصيب التهاب

المفاصل الروماتويدي الرسغين.

أمراض الرئة. يتعرض المصاب بالتهاب المفاصل الروماتويدي

بشكل أعلى لخطر الندوب و الالتهاب في أنسجة الرئتين , مما

يؤدي إلى ظهور ضيق تدريجي في النفس.



## كيف يتم التشخيص؟

يصعب تشخيص التهاب المفاصل الروماتويدي في المراحل

المبكرة لأن الأعراض و المؤشرات الأولية تتشابه كثيراً مع

الأمراض الأخرى لذلك يتم التشخيص عن طريق طبيب

متخصص , كما يتم التشخيص من خلال:

✓ إجراء الفحص البدني .

✓ إجراء الاختبارات المعملية .

✓ إجراء الأشعة السينية.

يفضل أن يتم التشخيص خلال ٦ الأشهر الأولى من ظهور

الأعراض.



## كيف هي طرق العلاج؟

✓ تقليل المضاعفات طويلة الأجل بتحسين الوظيفة

البدنية، يساعد على توقف الالتهاب ، و أيضا تخفيف

الأعراض ، ومنع تلف الأعضاء و المفاصل.

✓ تناول الأدوية المضادة للالتهابات غير الستيرويدية ، أو

المثبطات أو الأدوية التي تبطئ المرض ، و آخر الخيارات

هو إجراء العمليات الجراحية.



## ماهي طرق الوقاية؟

- ✓ الحفاظ على وزن صحي بإتباع نمط حياة صحي.
- ✓ الاقلاع عن التدخين .
- ✓ الكشف على كثافة العظام للحرص على صحتها.
- ✓ الحفاظ على النشاط البدني لمدة ٣٠ دقيقة يوميا خلال خمسة أيام في الأسبوع.



## كيف يتم التعايش مع التهاب المفاصل الروماتويدي؟

قبل مزاوله النشاط البدني لابد من مناقشة الطبيب المختص حول مدى مقدرة الجسم على ممارسة الرياضة.

هنا بعض النصائح للشعور بالتحسن:

✓ استخدام العلاجات الحرارية فهي تعمل على تهدئة

المفاصل و العضلات مثل: الحمامات الدافئة, أو  
الوسادات الحرارية.

✓ استخدام العلاجات الموضعية, تساعد البخاخات أو

الكريمات على تخفيف الألم.

✓ دعم و تشجيع الأهل و الأصدقاء.



المصادر والمراجع:

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل استشاريين العظام بمستشفى الملك  
فهد الجامعي.

## قسم التوعية الصحية

١٥٣-٢١-١٨٤



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University