

Ας ευαισθητοποιηθούμε για τον Λύκο

Ο Συστηματικός Ερυθηματώδης Λύκος ή αλλιώς Σ.Ε.Λ (Systemic Lupus Erythematosus-SLE) ανήκει στην οικογένεια των αυτοανώσων ρευματικών παθήσεων, οι οποίες προσβάλλουν τις αρθρώσεις, τους μυς και άλλα όργανα του σώματος και είναι το αποτέλεσμα διαταραχής του ανοσοποιητικού συστήματος.

Ο Συστηματικός Ερυθηματώδης Λύκος μπορεί να προσβάλλει όχι μόνο τις αρθρώσεις και τους μυς, αλλά και το δέρμα, τους νεφρούς, το νευρικό σύστημα, τους πνεύμονες, την καρδιά και το αιμοποιητικό σύστημα.

Έχει δε ευρύτατο κλινικό φάσμα, το οποίο σημαίνει ότι σε κάθε ασθενή εκφράζεται διαφορετικά, τόσο από πλευράς σοβαρότητας, όσο και από πλευράς συμπτωμάτων.

Τι είναι ο λύκος

Υπάρχουν δύο μορφές Λύκου: ο Δερματικός και ο Συστηματικός.

Ο Λύκος είναι μια χρόνια, συστηματική, φλεγμονώδης πάθηση, με διακυμάνσεις στη δραστηριότητά της, γνωστές ως εξάρσεις και υφέσεις.

Η συστηματική μορφή είναι αυτή στην οποία πολλά διαφορετικά τμήματα του σώματος μπορεί να προσβληθούν. Ο όρος φλεγμονώδης αναφέρεται στην αντίδραση του οργανισμού, που οδηγεί σε πόνο, θερμότητα, ερυθρότητα και διόγκωση. Αν κι ο Λύκος είναι μια χρόνια πάθηση, αυτό δεν σημαίνει πως δεν μπορείτε να έχετε μια ολοκληρωμένη ζωή. Οι χρόνιες παθήσεις δεν θεραπεύονται, αλλά μπορούν να ελεγχθούν με την κατάλληλη θεραπευτική αντιμετώπιση.

Ποιοι παθαίνουν Λύκο

Ο Ερυθηματώδης Λύκος προσβάλλει τις γυναίκες σχεδόν 8 με 10 φορές συχνότερα απ' ότι τους άντρες. Στις περισσότερες περιπτώσεις, τα συμπτώματα πρωτοεμφανίζονται σε γυναίκες της αναπαραγωγικής ηλικίας (συνήθως 18-45 χρονών). Πάντως ο Ερυθηματώδης Λύκος μπορεί να εμφανιστεί και σε μικρά παιδιά ή μεγαλύτερα άτομα.

Τι συμβαίνει στον Συστηματικό Ερυθηματώδη Λύκο

Δεν υπάρχει ομοιόμορφος τύπος συμπτωμάτων στην έναρξη του Συστηματικού Ερυθηματώδους Λύκου.

Η πάθηση αυτή μπορεί να αρχίσει απότομα με έντονα συμπτώματα ή πολύ ήπια και για χρόνια να είναι δύσκολη η διάγνωσή της. Η πορεία της συνήθως έχει διαστήματα με συμπτώματα (εξάρσεις) και διαστήματα χωρίς συμπτώματα (υφέσεις), που μπορεί να είναι αρκετά μεγάλα. Πυρετός, αδυναμία, κόπωση ή απώλεια βάρους μπορούν να είναι μεταξύ των πρώτων συμπτωμάτων της πάθησης. Εξάνθημα του δέρματος μπορεί να εμφανιστεί στο πρόσωπο, το λαιμό ή τα χέρια.

Όταν αυτό το εξάνθημα περιλαμβάνει τη μύτη και τα μάγουλα, ονομάζεται εξάνθημα της πεταλούδας. Σε άτομα που είναι πολύ ευαίσθητα στο υπεριώδες φως, το εξάνθημα μπορεί να εμφανιστεί ή να χειροτερέψει μετά από έκθεση στον ήλιο. Μερικές φορές τα δάκτυλα είναι ασυνήθιστα ευαίσθητα στο κρύο και γίνονται μπλε κατά την έκθεση σε αυτό. Αυτή η αλλαγή χρώματος ονομάζεται φαινόμενο Raynaud.

Ένα άλλο σύμπτωμα του λύκου μπορεί να είναι οι αρθραλγίες στα δάκτυλα των χεριών, τους αγκώνες, τα γόνατα ή τους αστραγάλους. Αν και οι αρθρώσεις μπορεί να είναι ερυθρές, ζεστές ή διογκωμένες, η ανάπτυξη παραμορφώσεων είναι μάλλον ασυνήθιστη. Ένα αίσθημα πρωινής δυσκαμψίας των αρθρώσεων και μυών μπορεί να συνοδεύει το πρωινό ξύπνημα και μπορεί να εμφανίζεται ακόμα και χωρίς πόνο στις αρθρώσεις.

Άλλα συνήθη συμπτώματα της ασθένειας περιλαμβάνουν μικρή διόγκωση λεμφαδένων, ανορεξία, χαμηλή θερμοκρασία, τριχόπτωση, ναυτία και εμετό. Μπορεί να υπάρξει αυξημένη τάση για λοιμώξεις, εύκολη αιμορραγία ή αναιμία, η οποία οφείλεται στην ελάττωση των ερυθρών αιμοσφαιρίων του αίματος, προκαλώντας αδυναμία, ωχρότητα ή ακόμα και δύσπνοια (δυσκολία στην αναπνοή).

Ορισμένα άτομα με Λύκο έχουν αυξημένη τάση για δημιουργία θρόμβων. Η ορογονίτιδα (φλεγμονή του βλεννογόνου ορισμένων οργάνων π.χ. της καρδιάς ή των πνευμόνων) περιλαμβάνεται επίσης μεταξύ των συχνών συμπτωμάτων της νόσου, προκαλώντας συμπτώματα πόνου με την αναπνοή ή δύσπνοια.

Η προσβολή των νεφρών συνήθως δεν παρουσιάζεται με συμπτώματα και ανακαλύπτεται με εξέταση των ούρων. Ορισμένες φορές είναι απαραίτητο να γίνει βιοψία στο νεφρό, για να προσδιοριστεί ακριβώς η διαταραχή και η απαραίτητη θεραπεία.

Ορισμένες φορές τα άτομα με λύκο παρουσιάζουν κατάθλιψη ή ανικανότητα συγκέντρωσης. Μπορούν να εμφανιστούν απότομες αλλαγές στη διάθεση ή ασυνήθιστη συμπεριφορά. Αυτές οι αλλαγές μπορεί να οφείλονται στην ίδια την ασθένεια ή να αποτελούν αντίδραση στις αλλαγές που προκαλούνται από την ασθένεια στην εμφάνιση και την ενεργητικότητα. Ένα μικρό ποσοστό ατόμων μπορεί να παρουσιάσουν πολύ σοβαρότερα προβλήματα νευρολογικά και ψυχολογικά (π.χ. σπασμοί όμοιοι με της επιληψίας) που σπάνια επιμένουν.



Τι προκαλεί το Λύκο

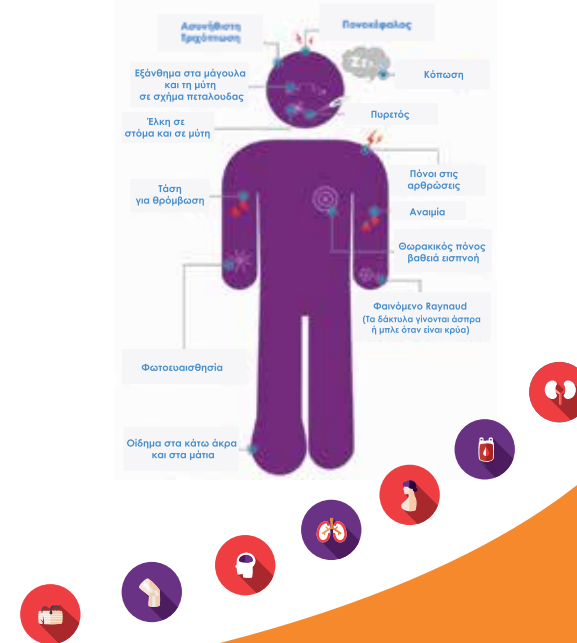
Η αιτιολογία της νόσου είναι άγνωστη και δεν μπορεί να γίνει πρόβλεψη ποιος πρόκειται να πάθει Ερυθηματώδη Λύκο.

Το ανοσοποιητικό σύστημα που κάτω από φυσιολογικές συνθήκες είναι η φυσική άμυνα του οργανισμού σε διάφορους βλαβερούς παράγοντες, αναπτύσσοντας προστατευτικές ουσίες

(αντισώματα), στο Ερυθηματώδη Λύκο παράγει αυτοαντισώματα, τα οποία κυκλοφορούν μέσα στο αίμα και επιτίθενται στους ιστούς του ίδιου του οργανισμού. Αυτό με την σειρά του προκαλεί φλεγμονή και βλάβη στους ιστούς και μπορεί να καταλήξει στα συμπτώματα τα οποία παρουσιάζουν τα άτομα με Λύκο. Τι προκαλεί την αλυσίδα των γεγονότων που οδηγεί σε αυτή την ανώμαλη αντίδραση είναι άγνωστο.

Κάποιες μελέτες δείχνουν ότι ορισμένα άτομα κληρονομούν την τάση να αποκτήσουν Λύκο. Πάντως δεν υπάρχουν αποδείξεις για το ότι ο λύκος μεταδίδεται απ' ευθείας, για παράδειγμα από την μητέρα στην κόρη. Μερικοί επιστήμονες πιστεύουν ότι ίσως ένας ιός μπορεί να πυροδοτήσει την ανάπτυξη του Λύκου και την εμφάνιση των συμπτωμάτων της πάθησης σε άτομα που έχουν γενετική προδιάθεση.

Ορισμένα φάρμακα, επίσης, που χρησιμοποιούνται για άλλες παθήσεις, μπορούν να προκαλέσουν πολλά από τα συμπτώματα και τα παθολογικά ευρήματα στις εξετάσεις αίματος του Ερυθηματώδους Λύκου. Αυτά τα συμπτώματα σχεδόν πάντα εξαφανίζονται με την διακοπή του υπεύθυνου φαρμάκου.



Διάγνωση

Μερικές φορές είναι δύσκολο να διαγνωστεί η πάθηση, ειδικά σε άτομα με ήπια συμπτώματα. Ο γιατρός θα πρέπει να κάνει πολλές ερωτήσεις και μια πλήρη φυσική εξέταση. Πολλές φορές θα χρειαστεί να γίνουν και κάποιες εργαστηριακές εξετάσεις όπως γενική αίματος για τον προσδιορισμό ερυθρών, λευκών αιμοσφαιρίων ή αιμοπεταλίων, προσδιορισμός αντιπυρηνικού αντισώματος -ANA-(antinuclear antibody) κ.α. Σε μερικά άτομα με Ερυθηματώδη Λύκο, μπορεί όλα τα εργαστηριακά τεστ να είναι φυσιολογικά, παρ' όλες τις άλλες ενδείξεις της πάθησης. Ένα από τα προβλήματα της διάγνωσης είναι ότι δεν υπάρχει μια μοναδική ομάδα συμπτωμάτων, μια μορφή πάθησης ή μια ομάδα εξετάσεων για όλους τους νοσούντες.

Θεραπεία

Το πρόγραμμα θεραπείας για τον λύκο περιλαμβάνει την φαρμακευτική αγωγή, την ανάπαυση όταν η νόσος είναι ενεργός και την προσοχή στην έκθεση στον ήλιο.

Ανάπαυση και άσκηση

Αν κουράζεστε εύκολα, χρειάζεται να διατηρείτε μια ισορροπία μεταξύ ανάπαυσης και δραστηριότητας. Μην προσπαθείτε να κάνετε πολλά πράγματα κάθε φορά. Να είστε реалиστές. Προγραμματισμός και ρύθμιση χρόνου σημαίνει επίσης να κάνετε τα δυσκολότερα πράγματα όταν βρίσκεστε στην καλύτερη κατάσταση.

Όταν βρίσκεστε στη δουλειά προσπαθήστε να κάνετε μικρά διαλείμματα και να εναλλάσσετε τις δραστηριότητες. Ίσως χρειαστεί να μειώσετε τις ώρες που εργάζεστε. Αν το να μειώσετε τις ώρες της εργασίας σας, παρουσιάζει προβλήματα στην παρούσα εργασία σας, ένας σύμβουλος επαγγελματικής αποκατάστασης ίσως σας βοηθήσει να βρείτε μια δουλειά με πιο ελαστικό ή μειωμένο ωράριο ή και λιγότερο κουραστική. Είναι εξίσου σημαντικό να κάνετε κατάλληλες ασκήσεις σε καθημερινή βάση. Μπορείτε να τις κάνετε όταν η πάθηση δεν βρίσκεται σε ενεργό στάδιο και νιώθετε καλύτερα.

Κόψτε εδώ!



ΑΙΤΗΣΗ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΜΕΛΟΥΣ

Ημ/νια/...../.....

Παρακαλώ να με εγγράψετε ως μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Αντιρευματικού Αγώνα (ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α)

Ο/Η Αιτ...

Εφάπαξ εγγραφή 5€
Ετήσια συνδρομή 10€

Για την ολοκλήρωση της εγγραφής σας θα πρέπει να κατατεθούν ή να μεταφερθούν μέσω web-banking τα παραπάνω ποσά στο λογαριασμό της ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α:

Alpha Bank - IBAN: GR1801401660166002320004085

και να αποστείλετε στην εταιρεία την παρούσα αίτηση με το αποδεικτικό κατάθεσης, στο οποίο πρέπει να φαίνεται καθαρά το όνομά σας. Η αποστολή μπορεί να γίνει:

- με e-mail (αφού σκαναριστούν)
- με ταχυδρομείο στη δ/νση της ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α

Κυψέλης 2, 113 62 Αθήνα



