



ΨΩΡΙΑΣΙΚΗ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ

Βιβλίο με
Εικονογράφηση

Εικονογράφηση για το έργο «Ορθές Πρακτικές Φροντίδας για την Ψωριασική Αρθρίτιδα»
Η πρόσφατα σημειωθείσα πρόοδος στην κατανόηση της πορείας της ψωριασικής αρθρίτιδας (ΨΑ) έχει οδηγήσει σε σημαντικές ανακαλύψεις όσον αφορά στις θεραπείες. Ωστόσο, οι ανάγκες πολλών ατόμων με ΨΑ εξακολουθούν να μην ικανοποιούνται. Μέσω αυτού του προγράμματος, η IFPA θέλει να ενώσει τις δυνάμεις της με τους ρευματολόγους και την κοινότητα των ασθενών, με στόχο την ευαισθητοποίηση του κοινού σχετικά με τις νέες κατευθυντήριες γραμμές θεραπείας και τελικά τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων που ζουν με ΨΑ σε ολόκληρο τον κόσμο.



Σημείωση σχετικά με τα πνευματικά δικαιώματα Πνευματική ιδιοκτησία © IFPA 2023 Inc. Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Γνωστοποίηση: Η UCB Pharma παρείχε οικονομική στήριξη μέσω επιχορήγησης χωρίς περιορισμούς για την υλοποίηση της πρώτης φάσης του έργου Ευαισθητοποίησης για την Ψωριασική Αρθρίτιδα, το οποίο είναι επίσης γνωστό ως «Ορθές Πρακτικές Φροντίδας για την Ψωριασική Αρθρίτιδα». Η UCB Pharma δεν άσκησε καμία επιρροή και δεν είχε καμία συμμετοχή στη διαμόρφωση του περιεχομένου, συμπεριλαμβανομένης της επιλογής των μελών που συμμετείχαν στο έργο και της ανάπτυξης όλων των σχετικών στοιχείων, όπως βίντεο, podcasts και άρθρα. Η υποστήριξη από την UCB Pharma είχε αποκλειστικά τη μορφή επιχορήγησης χωρίς περιορισμούς.

ΨΩΡΙΑΣΙΚΗ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ &

Ψυχική Υγεία



Ψωριασική Αρθρίτιδα & ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ



Η ψωριασική αρθρίτιδα μπορεί να έχει σημαντικό αντίκτυπο στην ψυχική υγεία ενός ατόμου, προκαλώντας συναισθήματα αποθάρρυνσης, απογοήτευσης, ντροπής και χαμηλής αυτοεκτίμησης.

Καθημερινές δραστηριότητες, όπως το ξεκίνημα της ημέρας, αποτελούν μεγάλη πρόκληση για τα άτομα με ενεργό ψωριασική αρθρίτιδα, εξαιτίας της δυσκαμψίας και της κόπωσης που αισθάνονται το πρωί.



Η ψωριασική αρθρίτιδα μπορεί να έχει αντίκτυπο στην ψυχική υγεία, προκαλώντας άγχος για το μέλλον και για την ικανότητα εκτέλεσης καθημερινών καθηκόντων.

Ο πόνος και η δυσκαμψία στα χέρια, τους καρπούς ή τις παλάμες καθιστά ακόμα πιο δύσκολη την εκτέλεση ενεργειών όπως το κούμπωμα του πουκαμίσου ή το δέσιμο των κορδονιών.

Πολλοί ασθενείς με ψωριασική αρθρίτιδα δεν θέλουν να είναι βάρος για την οικογένεια τους. Είναι δύσκολο να καταλάβουν ότι, εξαιτίας της νόσου τους, ο ρόλος τους δεν είναι πλέον να παρέχουν αλλά να λαμβάνουν φροντίδα από τα παιδιά τους.





Οι συναισθηματικές επιπτώσεις της ψωριασικής αρθρίτιδας μπορεί να οδηγήσουν στην απομόνωση των ατόμων, στην απομάκρυνση τους από άλλα άτομα και σε κρίσεις άγχους. Το στρες, το άγχος και η κατάθλιψη μπορούν επίσης να προκαλέσουν περαιτέρω ψωριασικές εξάρσεις, επιδεινώνοντας τα συμπτώματα της ασθένειας.



Τα άτομα που
πάσχουν από
ψωριασική αρθρίτιδα
μπορούν να
πετύχουν ψυχική
ευεξία μέσα από
δραστηριότητες
όπως η γιόγκα,
ή ο διαλογισμός.

Η διατήρηση σχέσεων με φίλους και συγγενείς, οι οποίοι μπορούν να παρέχουν συναισθηματική υποστήριξη, είναι σημαντική για τους ασθενείς.

Ενημερωθείτε από το θεράποντα ιατρό σας
καθώς και από το Σύλλογο Ασθενών Επιδέρμια
www.epidermia.gr

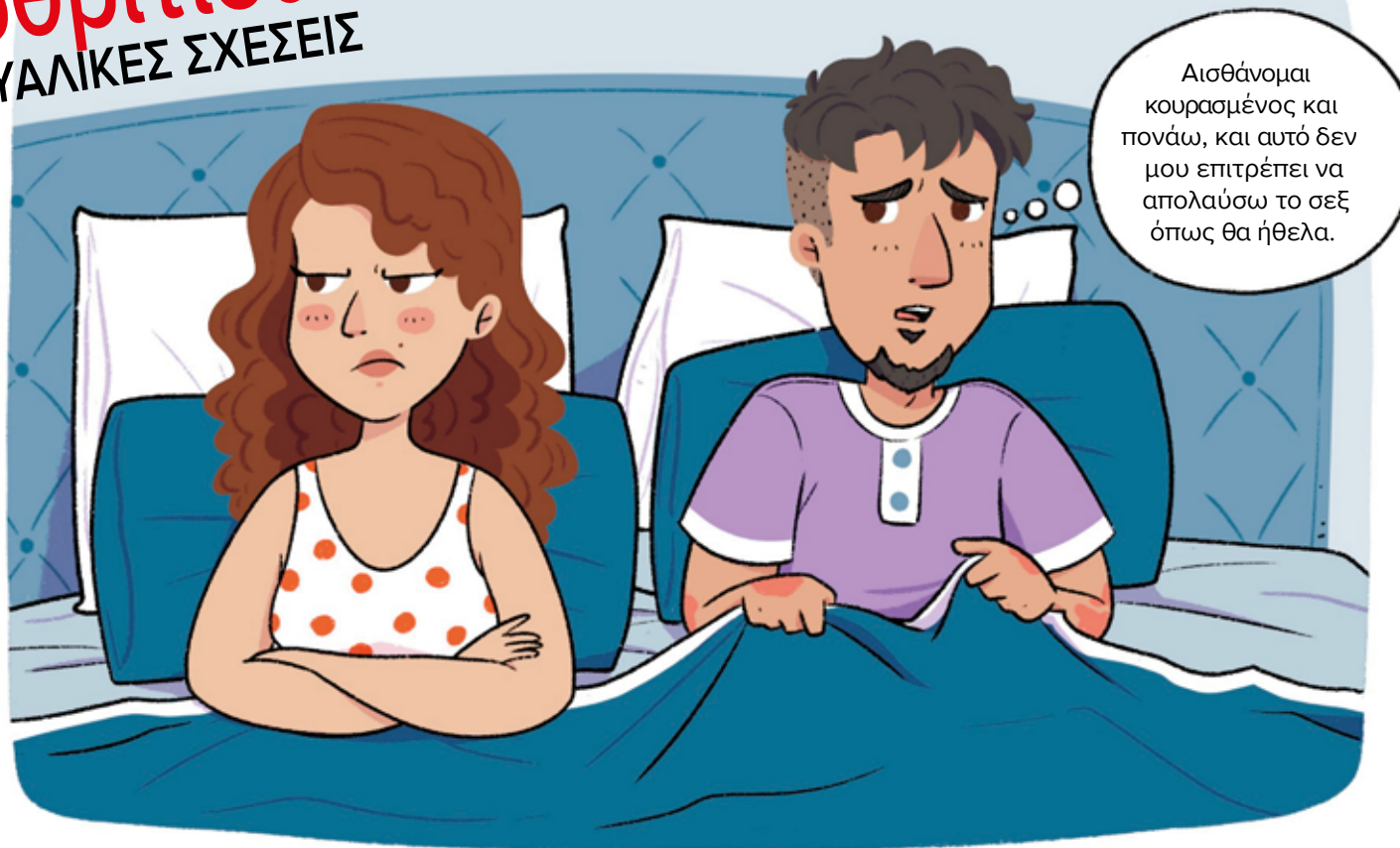




ΨΩΡΙΑΣΙΚΗ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ &

Σεξουαλικές σχέσεις

Ψωριασική Αρθρίτιδα & ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ



Η ψωριασική αρθρίτιδα μπορεί επίσης να επηρεάσει σημαντικά τη σεξουαλική υγεία. Σύμφωνα με μελέτες που έχουν πραγματοποιηθεί τα τελευταία 40 χρόνια, οι δυσκολίες σεξουαλικής φύσης είναι συχνές στους ασθενείς με ψωριασική αρθρίτιδα, με έως και το 70% των ασθενών να αναφέρει τέτοιου είδους δυσκολίες.

Αν νιώθετε ότι η Ψωριασική Αρθρίτιδα επηρεάζει τη σεξουαλική σας υγεία, σας συνιστούμε να το συζητήσετε με τον γιατρό σας, έτσι ώστε να συνεργαστείτε και να βρείτε μια λύση.





Η σεξουαλική ζωή ενός ανθρώπου με ψωριασική αρθρίτιδα μπορεί να είναι δύσκολη εξαιτίας του πόνου, της κόπωσης και της δυσκαμψίας των αρθρώσεων που δυσκολεύουν την κίνηση και τη στάση του σώματος. Η επικοινωνία με τον/τη σύντροφο σας θα σας δώσει την ευκαιρία να ανακαλύψετε ποιες θέσεις και τεχνικές προσφέρουν και στους δυό σας το υψηλότερο επίπεδο ευχαρίστησης με τη λιγότερη δυσφορία.

Με δημιουργικότητα, υπομονή και προγραμματισμό, τα άτομα που ζουν με ψωριασική αρθρίτιδα μπορούν να απολαμβάνουν τη σεξουαλική επαφή.

Ενημερωθείτε από το θεράποντα ιατρό σας
καθώς και από το Σύλλογο Ασθενών Επιδέρμια
www.epidermia.gr

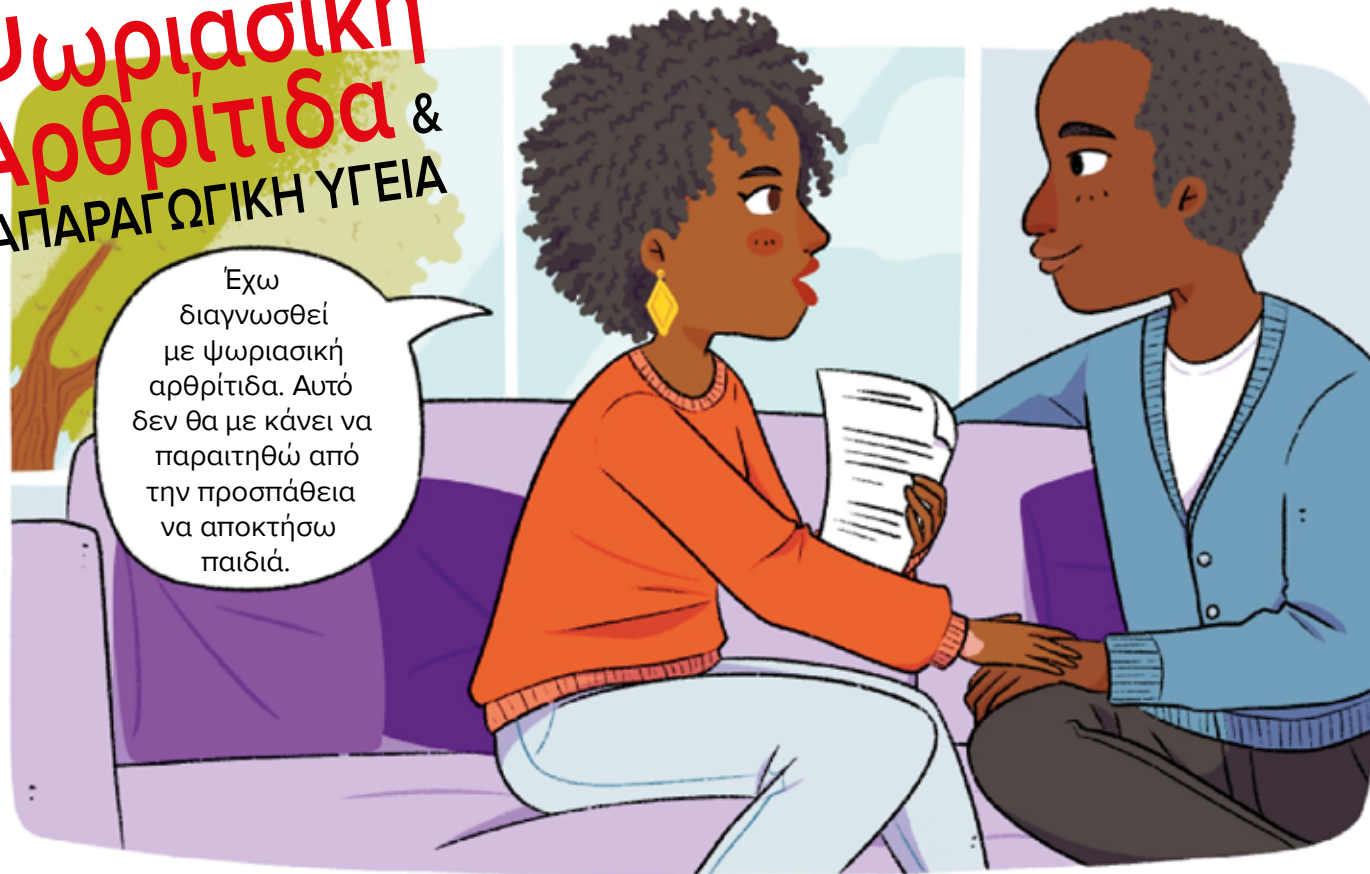




ΨΩΡΙΑΣΙΚΗ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ &

Αναπαραγωγική υγεία

Ψωριασική Αρθρίτιδα & ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ



Πολύ συχνά οι γυναίκες που πάσχουν από ψωριασική αρθρίτιδα επιλέγουν να μην κάνουν παιδιά εξαιτίας της ασθένειάς τους.

Είναι σημαντικό να τους παρέχεται υποστήριξη, έτσι ώστε να μπορούν να συνδυάζουν τη διαχείριση της ασθένειάς τους με τον οικογενειακό τους προγραμματισμό και να μην αποφασίζει γι' αυτές η ασθένεια.



Οι ασθενείς
θα πρέπει να
αναζητούν
αξιόπιστες πηγές
πληροφόρησης ώστε
να αποσαφηνίζουν
τις αμφιβολίες
τους και να είναι
σε θέση να λάβουν
αποφάσεις σε σχέση
με την ιατρική
θεραπεία και τη
μητρότητα.

Είναι σημαντικό οι ασθενείς να αισθάνονται αρκετά σίγουροι ώστε να συζητήσουν το πρόβλημα με το γιατρό τους και να του εξηγήσουν τα σχέδια τους για τη δημιουργία οικογένειας, υιοθετώντας την πλέον κατάλληλη προσέγγιση για κάθε περίπτωση.

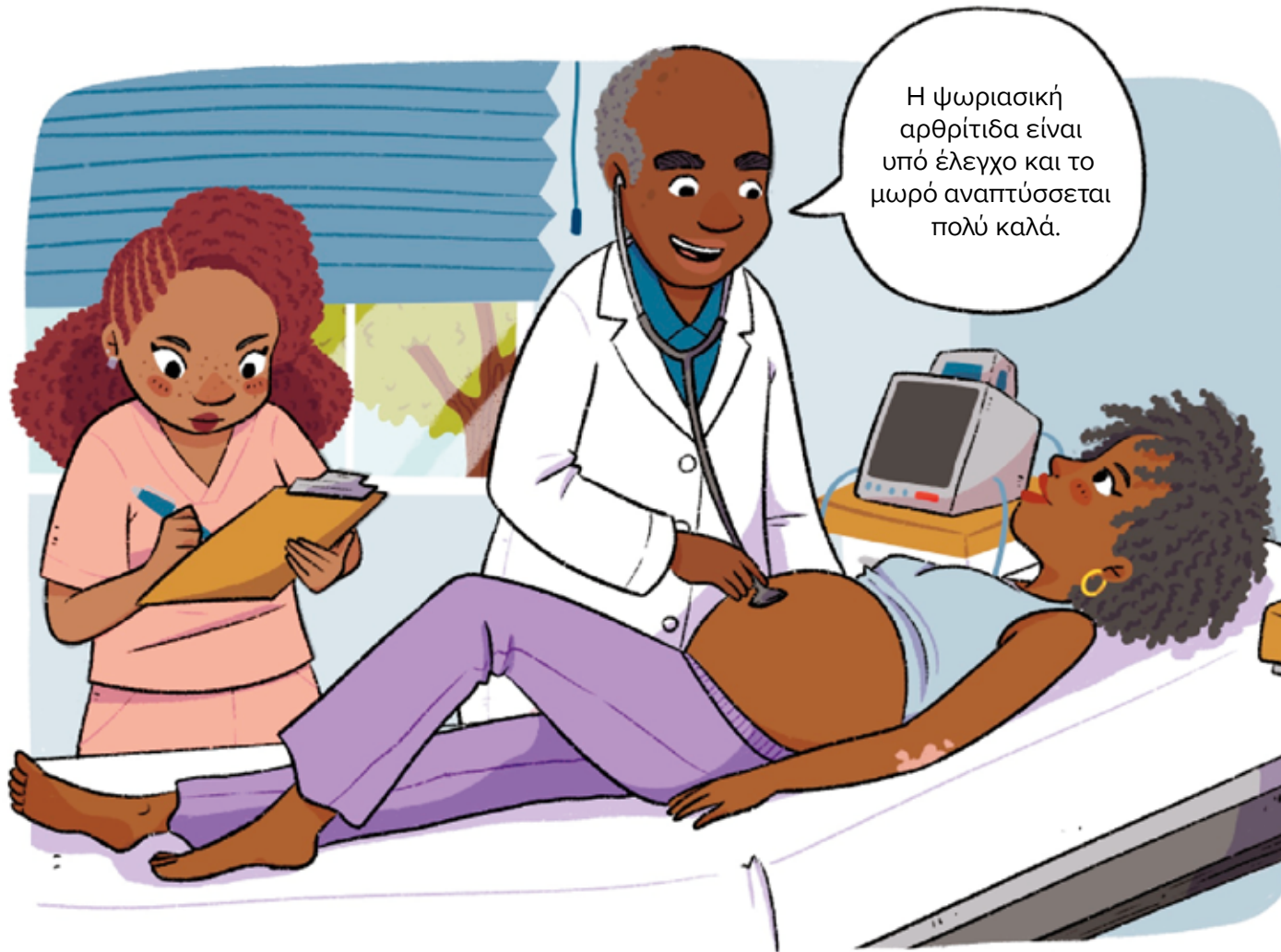
Ορισμένες από τις θεραπείες μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε περίπτωση εγκυμοσύνης, ωστόσο άλλες μπορεί να βλάψουν την ανάπτυξη του εμβρύου. Επίσης, υπάρχουν ορισμένες θεραπείες οι οποίες ενδέχεται να καταλήξουν στο μητρικό γάλα και να επηρεάσουν το μωρό, εάν η μητέρα θηλάζει.



Συνιστάται μέτριας έντασης άσκηση, προσαρμοσμένη στις δυνατότητες της ασθενούς σε κάθε στάδιο της εγκυμοσύνης.

Οτιδήποτε συμβάλλει στο να αισθάνεστε καλύτερα, στη μείωση του άγχους και στο να παραμένετε ενεργές μπορεί να περιορίσει τη δυσφορία σε αυτό το στάδιο.

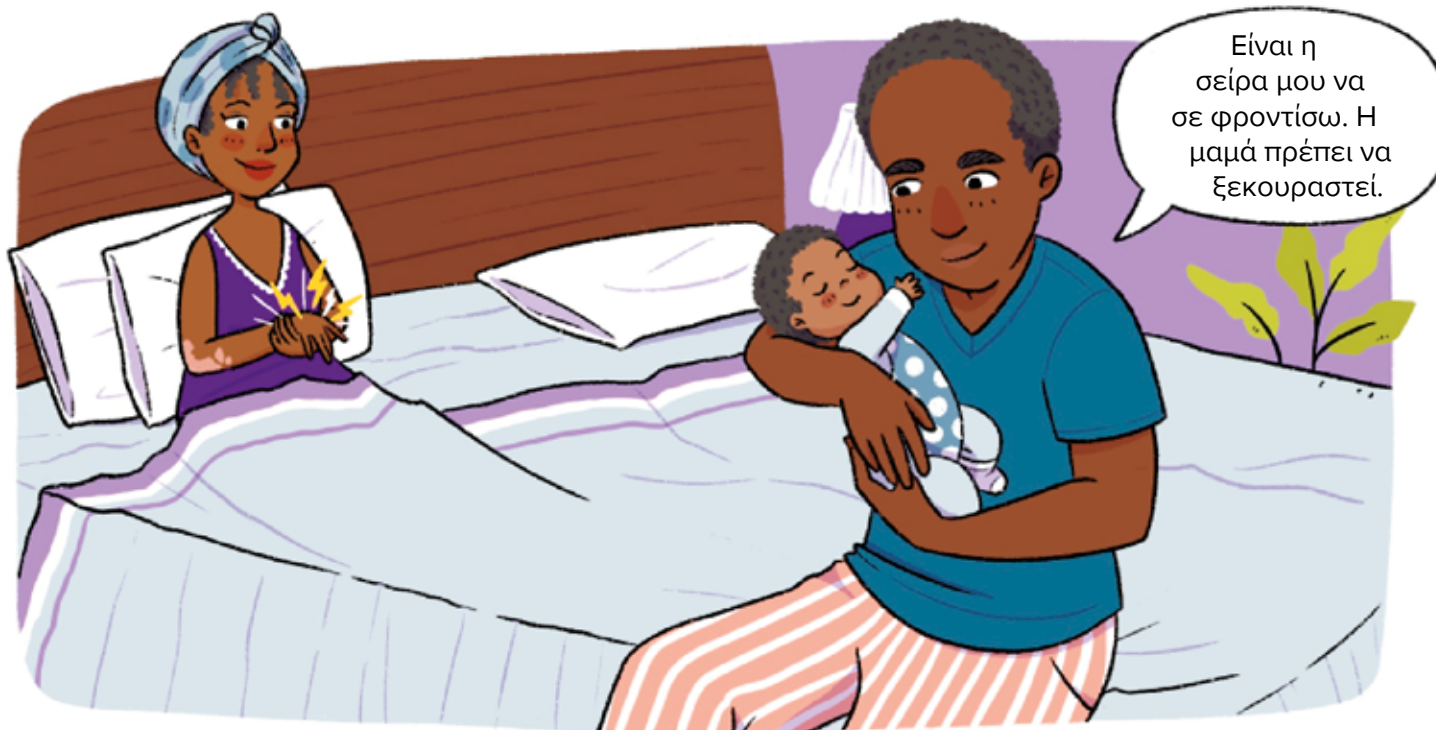




Είναι σημαντικό να τεθεί η νόσος υπό έλεγχο και να δημιουργηθούν οι καλύτερες συνθήκες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, ώστε να υπάρχει ο μικρότερος δυνατός κίνδυνος για τη μητέρα και το παιδί.

Ο πόνος ή οι περιορισμοί που επιβάλλει η ασθένεια καθιστούν δύσκολες ορισμένες δραστηριότητες, όπως η αλλαγή της πάνας, το τάισμα ή το κράτημα του μωρού μη διστάσετε να ζητήσετε βοήθεια για τη φροντίδα του παιδιού σας καθώς και τη δική σας, εφόσον τη χρειάζεστε.

Ενημερωθείτε από το θεράποντα ιατρό σας
καθώς και από το Σύλλογο Ασθενών Επιδέρμια
www.epidermia.gr



ΨΩΡΙΑΣΙΚΗ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ &

Παιδιά



Ψωριασική Αρθρίτιδα & ΠΑΙΔΙΑ



Τα παιδιά ψωριασική αρθρίτιδα συχνά παρουσιάζουν οίδημα και πόνο στις αρθρώσεις, γεγονός που δυσχεραίνει την κίνηση και τη συμμετοχή σε καθημερινές δραστηριότητες.

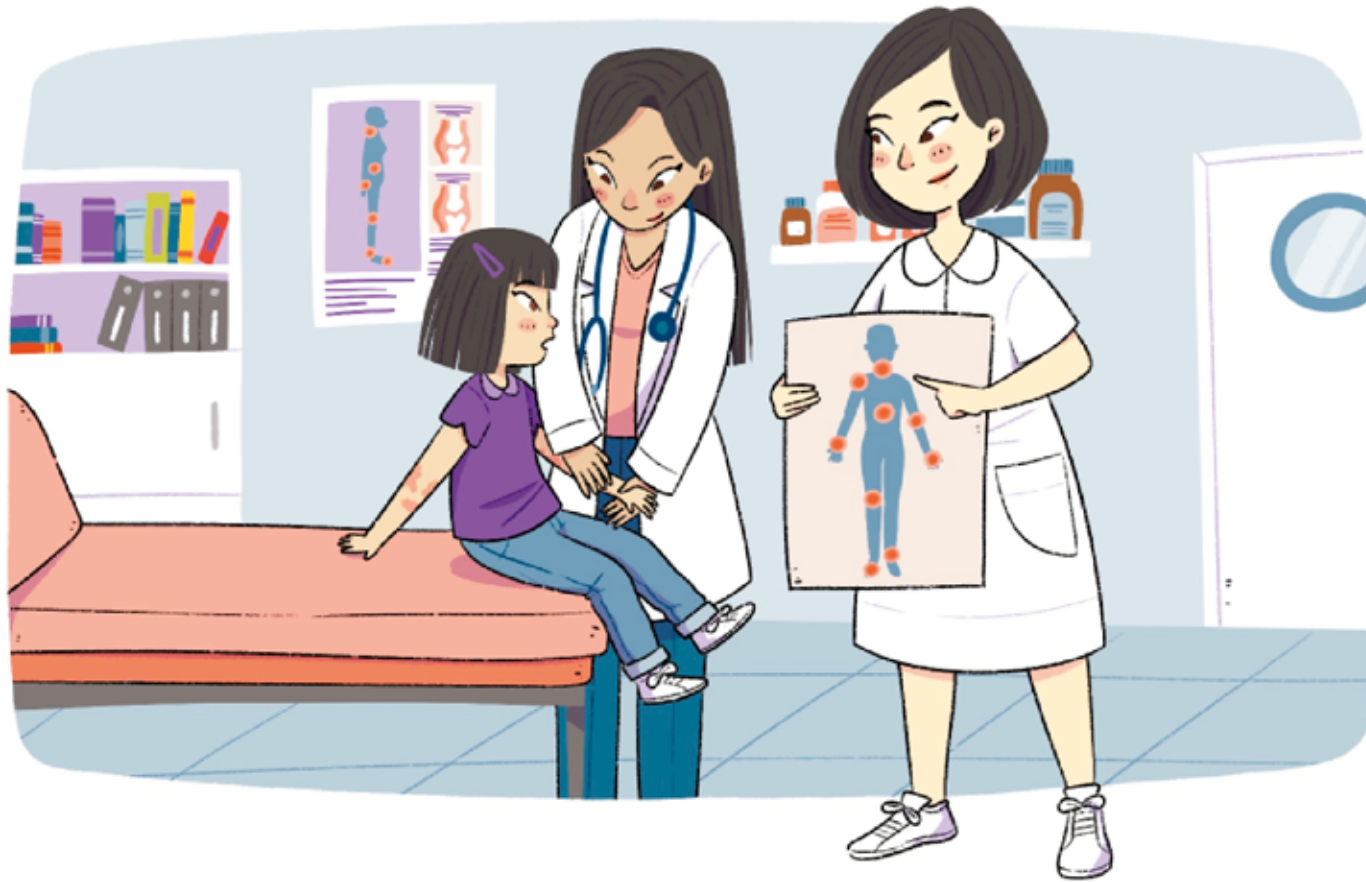
Το παιδί που πάσχει από τη νόσο είναι σημαντικό να ενθαρρύνεται ώστε να εκφράζει τα συναισθήματα και τους προβληματισμούς του, καθώς είναι σύνηθες να αισθάνεται φόβο ή απογοήτευση.





Τα συμπτώματα της ψωριασικής αρθρίτιδας συνήθως χειροτερεύουν μετά από παρατεταμένη χρονική περίοδο ανάπαυσης, αφήνοντας στις αρθρώσεις μία αίσθηση δυσκαμψίας.

Οι ασθενείς μπορεί να παρουσιάσουν κόπωση και κακή διάθεση.



Η έγκαιρη διάγνωση και η κατάλληλη θεραπεία μπορούν να επιβραδύνουν τη νόσο και να επιτρέψουν ακόμα και την πλήρη ύφεση των συμπτωμάτων.

Οι πάροχοι υπηρεσιών υγείας ίσως χρειαστεί να πραγματοποιήσουν διάφορες εξετάσεις, μεταξύ αυτών σωματικές, αιματολογικές, απεικονιστικές εξετάσεις, προκειμένου να καταλήξουν σε μια ακριβή διάγνωση.

Ο ασθενής πρέπει να βρει μια καλή ισορροπία ανάμεσα στη σωματική δραστηριότητα και την ανάπαυση. Ένα παιδί με ψωριασική αρθρίτιδα είναι σημαντικό να παραμένει ενεργό, ακόμα και όταν παρουσιάζει συμπτώματα.



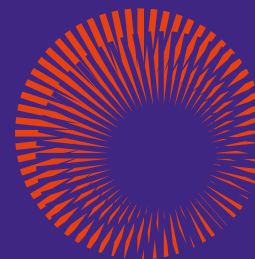


Η οικογένεια παρέχει σημαντική υποστήριξη βοηθώντας στη διαχείριση των αλλαγών στις συνήθειες των ασθενών και κάνοντας τους να καταλαβαίνουν πότε απαιτούνται αλλαγές στα σχέδια τους εξαιτίας της ασθένειας.

Ενημερωθείτε από το θεράποντα ιατρό σας καθώς και από το Σύλλογο Ασθενών Επιδέρμια www.epidermia.gr



good
care
for Psoriatic Arthritis



ifpa-pso.com

Σημείωση σχετικά με τα πνευματικά δικαιώματα Πνευματική ιδιοκτησία © IFPA 2023 Inc. Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

epidermia.gr