

सोरायटिक आर्थराइटिस

सोरायटिक आर्थराइटिस के कारण जोड़ों में सूजन, एक पूरी उंगली में सूजन (डायटिलाइटिस) और नाखूनों में परिवर्तन हो सकता है।

Kieran Hirpara © 1 3 4.0



यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनूदित है और अभी तक किसी चिकित्सक द्वारा जाँचा नहीं गया है। **अंग्रेज़ी संस्करण** ही आधिकारिक है।

आप क्या महसूस कर रहे हैं

सोरायटिक आर्थराइटिस खुद को घोषित करने के बजाय अंदर घुसने की प्रवृत्ति रखता है। आप देख सकते हैं कि एक या एक से अधिक जोड़ (अक्सर उंगलियों में, लेकिन कलाई या कोहनी में भी) कठोर और दर्दनाक हो गए हैं, और यह कठोरता सुबह सबसे पहले या अभी भी बैठे रहने के बाद सबसे खराब है, एक बार जब आप आगे बढ़ते हैं तो आराम करते हैं। कठोरता का यह पैटर्न, जो उपयोग के साथ ढीला हो जाता है, एक सुराग है कि समस्या सरल पहनने और आंसू के बजाय भड़काऊ है।

कुछ विशेषताएं विशेष रूप से विशिष्ट हैं। एक पूरी उंगली (या पैर की अंगुली) छोटी साँसेज की तरह सूज सकती है, और इसे कहा जाता है **दाँत की सूजन** यह नाजुक हो सकता है और अंगूठे को झुकाना मुश्किल बना सकता है। आप अपने नाखूनों में परिवर्तन देख सकते हैं: छोटे-छोटे गड्ढे या दाग, खंजर, अपने बिस्तर से नाखून का पीले रंग का उठना, या किनारे पर टूटना। अंगुलियों के अंतिम जोड़, जो कील के निकट होते हैं, अक्सर शामिल होते हैं, जो सूजन वाले गठिया के लिए थोड़ा असामान्य है और आपके डॉक्टर के लिए एक उपयोगी संकेतक है। कुछ लोगों को ठीक उसी स्थान पर दर्द होता है जहां एक नस हड्डी से जुड़ती है, जैसे कोहनी या एड़ी के पीछे।

सोरायटिक गठिया वाले कई लोग त्वचा की स्थिति के साथ भी रहते हैं **सोरायसिस** अक्सर कोहनी, घुटनों या खोपड़ी पर लाल, छालेदार त्वचा के धब्बे होते हैं। जोड़ों की समस्या त्वचा के परिवर्तन से पहले, उसके बाद या बिना किसी स्पष्ट त्वचा की भागीदारी के शुरू हो सकती है। जोड़ों के साथ, एक गहरी थकान आम है और यह स्थिति के सबसे अधिक भागों में से एक हो सकता है।

(यदि आपकी मुख्य चिंता रूमेटोइड गठिया या अधिक सामान्य भड़काऊ जोड़ों की समस्या है, तो हमारे अलग पेज पर देखें। **भड़काऊ और रूमेटोइड गठिया**; सोरायटिक आर्थराइटिस एक अलग स्थिति है, भले ही वे समान दिख सकते हैं)

वास्तव में क्या हो रहा है

सोरायटिक गठिया एक प्रतिरक्षा-संचालित स्थिति है। शरीर की रक्षा करने के बजाय, प्रतिरक्षा प्रणाली गलती से आपके अपने ऊतकों पर हमला करती है और सूजन को चलाती है। वही भ्रामक प्रक्रिया जो सोरायसिस की तिलचट्टेदार त्वचा का कारण बनती है, जोड़ों को भी लक्षित कर सकती है और विशिष्ट रूप से, **अंतराल**, छोटे क्षेत्र जहां tendons और ligaments अस्थि पर लंगर डालते हैं।

यह सूजन वह है जिसे आप सूजन, कठोरता और दर्द के रूप में महसूस करते हैं। एक पूरी उंगली की सॉसेज जैसी सूजन जोड़ों में सूजन से आती है और एक ही समय में उंगली के साथ-साथ टेंडन शीट होती है। नाखून में परिवर्तन और अंतिम उंगली के जोड़ों की भागीदारी इस बात को दर्शाती है कि नाखून, त्वचा और अंतिम जोड़ कितना निकटता से जुड़े हुए हैं।

यह ऑस्टियोआर्थराइटिस नहीं है, जो उम्र के साथ आने वाला “खराब और फाड़” गठिया है; यह रूमेटोइड गठिया के समान नहीं है, हालांकि दोनों भड़काऊ स्थितियां एक-दूसरे से मिल सकती हैं। महत्वपूर्ण बात यह है कि सोरायटिक गठिया सक्रिय और चल रहा है: यदि सूजन को वर्षों तक अनियंत्रित छोड़ दिया जाता है, तो यह धीरे-धीरे जोड़ों को नुकसान पहुंचा सकता है और यहां तक कि उन्हें विकृत भी कर सकता है। अच्छी खबर यह है कि इस प्रक्रिया का इलाज किया जा सकता है, और प्रतिरक्षा गतिविधि को नियंत्रण में लाने से जोड़ों को उस क्षति से बचाया जा सकता है।

हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

निदान आमतौर पर एक द्वारा किया जाता है **रूमेटोलॉजिस्ट**, जो संयुक्त भड़काऊ रोग के विशेषज्ञ हैं। कोई एकल रक्त परीक्षण नहीं है जो सोरायटिक गठिया की पुष्टि करता है, इसलिए निदान आपकी कहानी, जोड़ों, नाखूनों और त्वचा की जांच, और एक्स-रे या अल्ट्रासाउंड जैसी इमेजिंग से एक साथ जुड़ा हुआ है। इसे अन्य प्रकार के गठिया से अलग करना महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह उपचार को बदल देता है।

उपचार का मुख्य आधार चिकित्सा है, जिसका नेतृत्व रूमेटोलॉजी द्वारा किया जाता है, और इसका उद्देश्य प्रतिरक्षा प्रक्रिया को शांत करना है:

- **रोग-संशोधित दवाएं (डीएमएआरडी)** जैसे कि **मेथोट्रेक्सेट** अक्सर पहला कदम होता है। ये अति सक्रिय प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया को कम करते हैं और लंबे समय तक जोड़ों की रक्षा करते हैं।
- **जैविक और लक्षित दवाएं** जब DMARDs पर्याप्त नहीं होते हैं, या अधिक आक्रामक बीमारी के लिए उपयोग किया जाता है। ये सटीक दवाएं हैं जो विशिष्ट प्रतिरक्षा संकेतों को रोकती हैं जो सूजन को चलाती हैं, और ये जोड़ों, अंतःस्थ और त्वचा के लिए बहुत प्रभावी हो सकती हैं।
- **त्वचा का उपचार** सोरायसिस जोड़ों के इलाज के साथ-साथ चलता है, और अक्सर एक त्वचा विशेषज्ञ के साथ समन्वय किया जाता है।
- **हाथ चिकित्सा और व्यायाम** जोड़ों को चलाने, पकड़ और कार्य को बनाए रखने, और कठोरता और थकान के साथ मदद करता है।

सर्जरी की एक भूमिका है, लेकिन सीमित है, मुख्य रूप से उन जोड़ों के लिए जो पहले से ही क्षतिग्रस्त हो चुके हैं या वर्षों की सूजन से विकृत हो चुके हैं, जहां उद्देश्य कार्य को बहाल करना या दर्द को दूर करना है। तब भी इस बीमारी को नियंत्रित करने के लिए चिकित्सा उपचार जारी है। सबसे महत्वपूर्ण संदेश यह है कि **प्रारंभिक उपचार जोड़ों की रक्षा करता है**: जितनी जल्दी सूजन को नियंत्रित किया जाता है, उतना ही कम स्थायी नुकसान होता है।

क्या उम्मीद करें

सोरायटिक आर्थराइटिस एक दीर्घकालिक स्थिति है न कि एक बार ठीक होने वाली और भूल जाने वाली चीज, लेकिन यह बहुत ही इलाज योग्य है, और ज्यादातर लोग जो जल्दी इलाज शुरू करते हैं वे अच्छी तरह से करते हैं। आधुनिक देखभाल का लक्ष्य रोग को पूरी तरह से शांत करना है ताकि जोड़ों को महसूस किया जा सके और सामान्य के करीब काम किया जा सके, और कई लोगों के लिए यह संभव है।

क्योंकि यह प्रतिरक्षा प्रणाली द्वारा संचालित होता है, उपचार आमतौर पर चल रहा होता है, और यह दवा, या संयोजन खोजने के लिए कुछ समायोजन ले सकता है, जो आपको सबसे अच्छा सूट करता है। यह स्थिति धीरे-धीरे कम हो सकती है और कभी-कभी तेज हो सकती है। अपने रूमेटोलॉजिस्ट के साथ नियमित संपर्क में रहना महत्वपूर्ण है, दोनों सूजन को दबाए रखने और दवाओं की निगरानी करने के लिए।

उस दीर्घकालिक प्रतिबद्धता के लिए व्यापार वास्तविक सुरक्षा है: सूजन को कम रखने से आपकी पकड़, आपके हाथ की कार्यक्षमता और आपके जोड़ों को आने वाले वर्षों के लिए संरक्षित किया जाता है।

किसी से कब मिलना है

- **सुबह की कठोरता के साथ जोड़ों में दर्द या सूजन**, विशेष रूप से यदि एक पूरी उंगली सूज जाती है या जब आप चलते हैं तो कठोरता कम हो जाती है: यह मूल्यांकन के लायक है, आदर्श रूप से एक रुमेटोलॉजिस्ट द्वारा।
- **सोरायसिस प्लस नए संयुक्त लक्षण**। यदि आपके पास पहले से ही सोरायसिस है और आपके जोड़ों में दर्द, सूजन या जकड़न शुरू हो जाती है, तो अपने डॉक्टर से इस बारे में बात करें; यह लिंक महत्वपूर्ण है और इसे अनदेखा करना आसान है।
- **नाखून में परिवर्तन** विशेष रूप से जोड़ों या अंत-उंगली-जोड़ों के दर्द के साथ।
- **दर्द जहां एक टेंडन हड्डी से मिलता है** (उदाहरण के लिए कोहनी या एड़ी पर) जो बस नहीं रहा है।
- **जोड़ों का कठोर, विकृत या उपयोग में कठिन होना** समय के साथ: यह एक संकेत है कि रोग पूरी तरह से नियंत्रित नहीं किया जा सकता है, और यह समीक्षा के लायक है ताकि अधिक नुकसान होने से पहले उपचार को तेज किया जा सके।