



Sjúkdómar í stoðkerfi

Öhlíngtarsjúkdóma

Algengir gigtarsjúkdómar

Sjúkdómar í vöðvakerfi

Gigtarsjúkdómar

- Gigt er samheiti ýmissa sjúkdóma er vart verður í bandvef eða stoðkerfi líkamans.
- Þekktir eru á annað hundrað gigtsjúkdómar.
- Eru meðal algengustu vandamála sem fólk leitar læknisaðstoðar við

Einkenni gigtarsjúkdómar

- Almenn einkenni eru m.a.:
 - verkir, bólga og stirðleiki í liðamótum, vöðvum og vöðvafestum
- Oftast staðbundin í liðamótum en stundum í öðrum kerfum en hreyfikerfinu
 - minnkaður styrkur vöðva
 - minnkuð nákvæmni
 - skerðing á hreyfifærni

Orsakir gigtarsjúkdóma

- Orsakir eru almennt ekki þekktar.
- Sennilega má rekja orsakir sumra gigtarsjúkdóma til ónæmisbilunar vegna..
 - veirusýkinga
 - fæðuofnæmis
 - meðfæddra galla

Meðferð gigtarsjúkdóma

- Margir eru ólæknanlegir og felst meðferð því í að halda einkennum niðri t.d. með...
 - Verkjalyfjum og bólgueyðandi lyfjum.
 - hollum og næringarríkum mat
 - hreyfingu, sjúkráþjálfun og iðjuþjálfun
 - skurðaðgerðum -liðskiptum-
- Skurðaðgerðir geta þó orðið fullkomin lækning í viðkomandi lið.

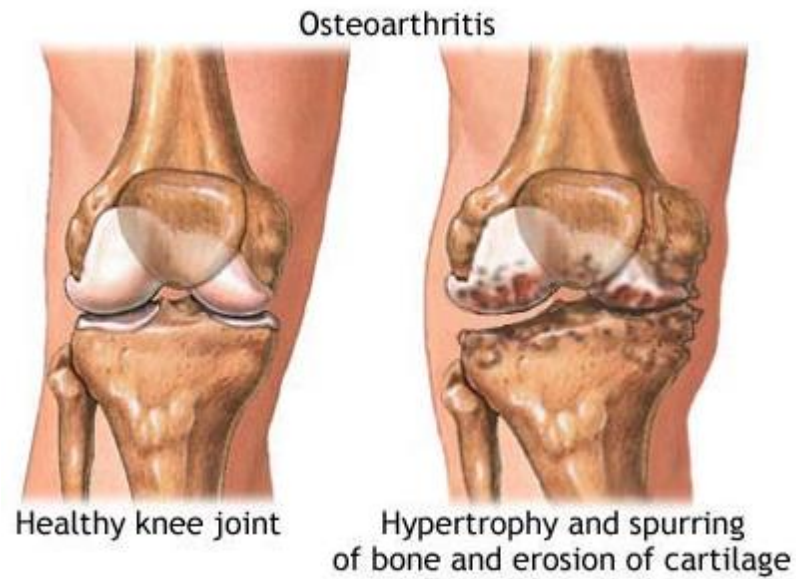
Algengir gigtarsjúkdómar

- Slitgigt (Arthrosis/osteoarthritis)
- Iktsýki (Arthritis rheumatoides/deformans)
- Hrygggigt (Spondylitis ankylopoietica)
- Vefjagigt (Fibromyalgia)
- Rauðir úlfar (Lupus erythematosus)
- Þvagsýrugigt (Gouty arthritis/urica arthritis)
- Beinþynning (Osteoporosis)

Slitgigt (*Osteoarthritis*)

- Algengasti gigtarsjúkdómur hérlendis.
- Finna má slitbreytingar hjá allt að 40% Íslendinga sem eru > 40 ára en 15% hafa einkenni.
- Algengari meðal kvenna
- Herjar á liðbrjóska eiginlegra liðamóta, aðallega **burðarliða**, t.d. hnjá-, hrygg-, og mjaðmarliða.

Slitgigt (*Osteoarthritis*)



Einkenni slitgigtar

- Einkenni eru oft sveiflukennd
- Verkir í liðum oft tengt álagi (fjærkjúkuliðir handa og þumalrótarliður)
- Bólga
- Stirðleiki
- Brak
- Aflögun

Orsakir slitgigtar

- Almennt ekki þekktar.
- Allt sem breytir liðfletinum og álagi hans getur leitt til slitgigtar t.d. áverkar, meðfæddir gallar o.fl.
- Áhættuþættir:
 - aldur
 - kyn
 - erfðir
 - líkamspyngd
 - líkamleg vinna

Meðferð slitgigtar

- Hingað til eingöngu meðferð sem dregur úr einkennum.
 - Lyfjameðferð (verkja og brjósksverndandi lyfjameðferð)
 - Hjálpartæki
 - Sjúkra- og iðjupjálfun
 - Skurðaðgerðir hafa breytt miklu fyrir sjúklinga með slitgigt í stórum liðum

Iktsýki (*Arthritis rheumatoides*)

- Algengur og alvarlegur bólgusjúkdómur. Sennilega um 2-3% fullorðinna Íslendinga.
- Talið er að árlega greinist um 250 einstaklingar með sjúkdóminn.
- Leggst frekar á konur en karla 3:1.
- Á upptök sín í liðpokum liðamóta; handa, úlnliða, hnjám og táberggliða.

Iktsýki (*Arthritis rheumatoides*)

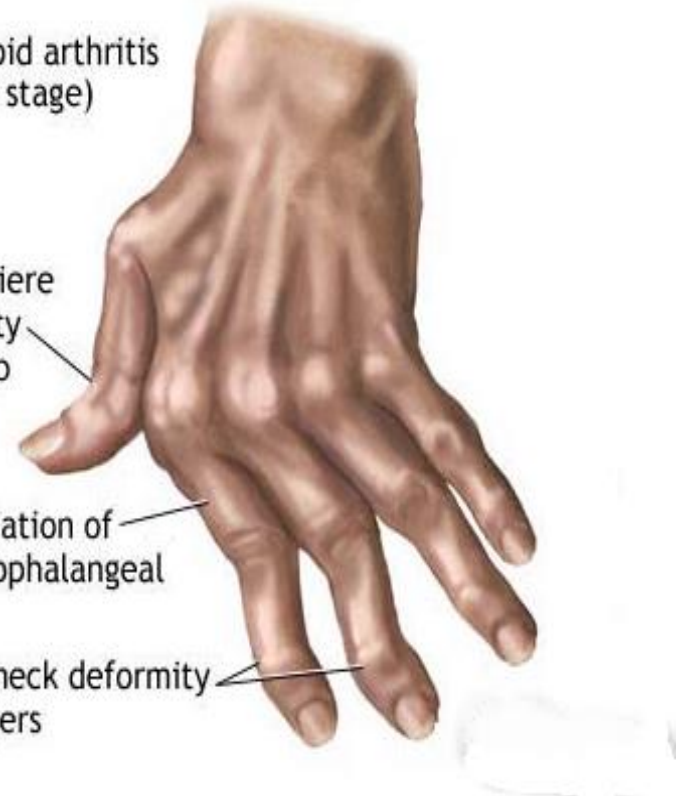


Rheumatoid arthritis
(late stage)

Boutonniere
deformity
of thumb

Ulnar deviation of
metacarpophalangeal
joints

Swan-neck deformity
of fingers



Orsakir iktsýki

- Óþekktar, trúlega bæði erfðir og umhverfispættir.
- Einhverskonar ónæmissvörun sem viðheldur sér. Þ.e. mótefni gegn mans eigin immúnóglóbúlínum - gigtarpættir-.

Einkenni Iktsýki

- Bólgur í smáum liðum og sinaslíðrum
- Morgunstirðleiki
- Aumir liðir með fyrirferðaraukningu og vökva => bólga.
- Gigtarhnútar.
- Þyngdartap.
- Slit í sinum, æðabólga

Meðferð iktsýki

- Eiginleg lækning er ekki til!
- Hvíld
- Lyfjameðferð (draga úr bólgu t.d. aspirín, naproxen og brufen. Langverkandi lyf draga úr virkni sjúkdómsins eftir langvarandi meðferð, en aukaverkanir eru tíðar t.d. lyf við sjálfsonæm og barksterar).
- Sjúkrapjálfun (verkjastillandi, viðhald vöðva og stöðugleika liða).
- Iðjupjálfun
- Skurðaðgerðir (gerviliðaaðgerðir, staurliðir og hreinsun liðsins).

Hryggsgigt (*Ankylosing spondylitis*)

■ Algengi

- c.a. 1% Íslendinga. Algengari í körlum en konum 15:1.

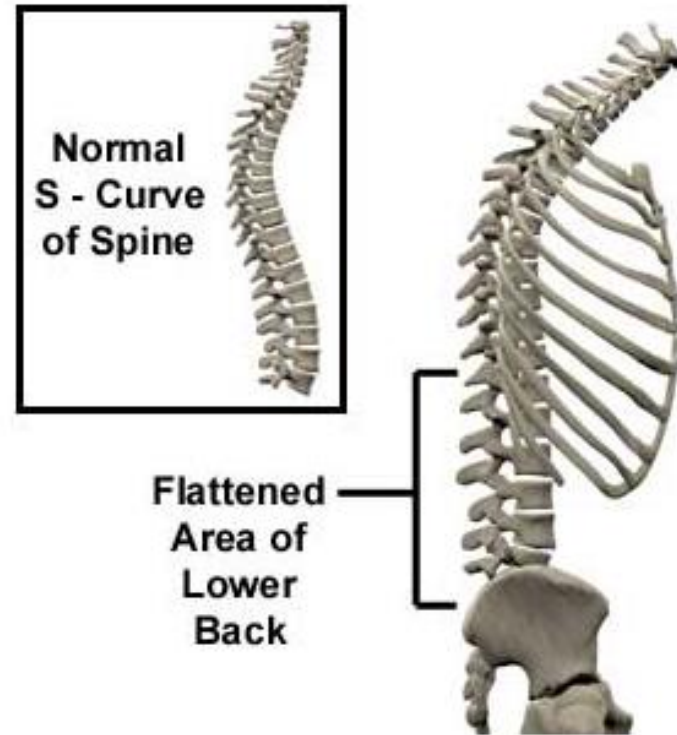
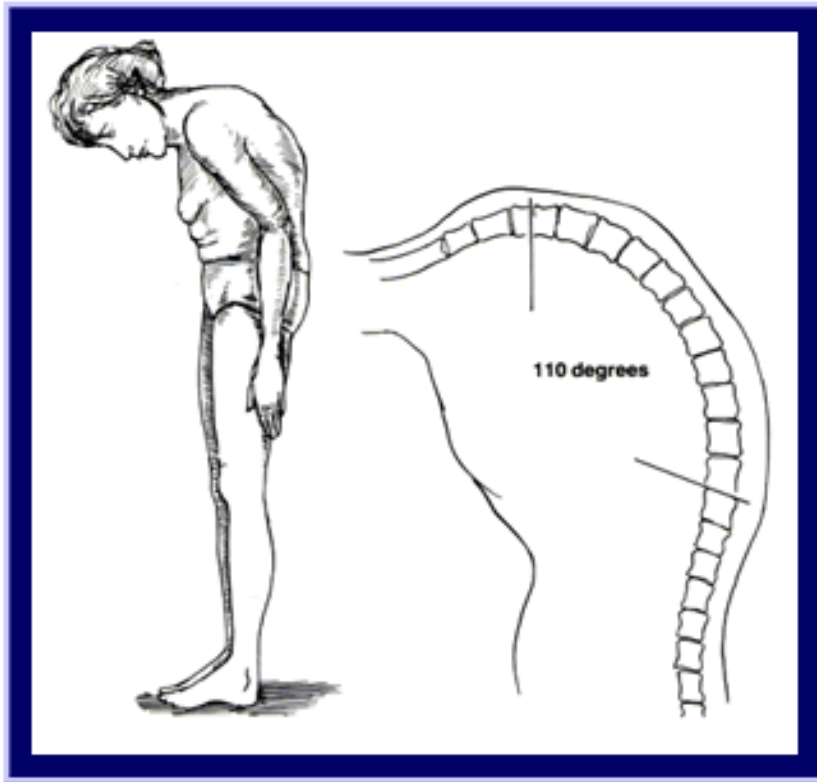
■ Einkenni

- verkir og stirðleiki neðst í baki til að byrja með en færir síðan upp hrygginn í brjóstkassa og hálsliði.

■ Meðferð

- Bólgueyðandi lyf við einkennum.
- Sjúkraþjálfun

Hrygggigt (*Ankylosing spondylitis*)





Hrygggigt

Orsakir : Eru að mestu óþekktar. Talið er að sjúkdómurinn liggi í ættum. Einnig tengist sýkingum í þvagrás einnig hefur veilur í blöðruhálskirtli áhrif á þennan sjúkdóm.

Vefjagigt (*Fibromyalgia*)

■ Algengi

- Fyrst og fremst meðal kvenna. 4/5 sjúklinga eru konur

■ Einkenni

- Útbreiddir verkir, þreyta og bólgutilfinning.
- “18 - sársaukapunktur”.
- Svefntruflun, sjúklingar ná ekki djúpsvefni.

■ Meðferð

- Sjúkdómurinn svarar illa lyfjum nema þunglyndislyfjum. Meðferð fellst í lífsstílsbreytingum og hugræn atferlismeðferð virkar vel.

Rauðir Úlfar (*Systemic lupus erythematosus*)

■ Algengi

- 9 af 10 sjúklingum eru konur. Algengur aldur við greiningu er 15-30 ár. Á annað hundrað konur á Ísl.

■ Einkenni

- Brenglun á ónæmiskerfi, mótefni sem ráðast á eigin vefi og líffæri. Leggst á hina ýmsu vefi í hinum ýmsu líffærakerfum, => fjölkerfasjúkdómur.
 - Húð og slímhúðir, æðar, hjarta og lungu, nýru, miðtaugakerfi, liðir, vöðvar og blóð

Rauðir Úlfar (*Systemic lupus erythematosus*)

■ Orsakir

- Erfðir, koma þó ekki fram fyrr en síðar á ævinni.
- Hormónatruflanir og veirusýkingar.

■ Meðferð

- Lyfjameðferð:
 - Barksterar (*Prednisolon*)
 - Ónæmisbælandi lyf.

Lífslíkur sjúklinga eru nú almennt taldar nokkuð góðar.

Þvagsýrugigt (*Gouty arthritis - Urica arthritis*)

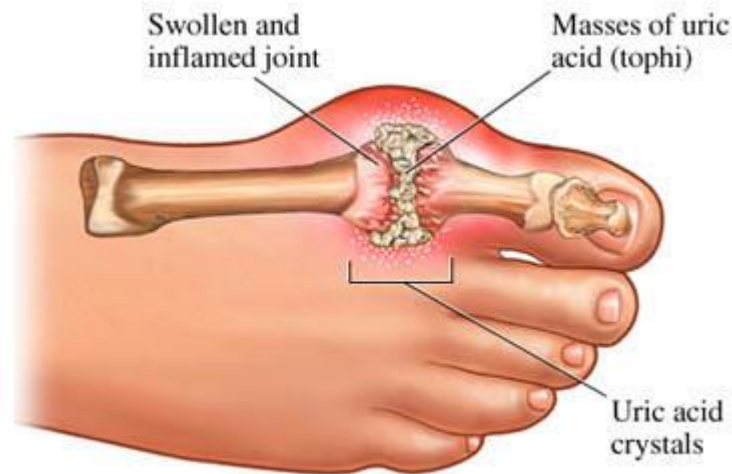
■ Algengi

- Mun fleiri karlar en konur
- Feitlagnir menn frá 25-35 ára, og konur eftir tíðahvörf.

■ Einkenni

- Óeðlileg uppsöfnun þvagsýru í blóðvökva. Þegar metunarmarki í blóði er náð hefur hún tilhneygingu til þess að falla út sem saltkristallar og safnast þeir m.a. fyrir í liðamótum og stoðvef.
- Leggst oftast á grunnlið stórutáar!

Þvagsýrugigt (*Gouty arthritis - Urica arthritis*)



Beinþynning (*Osteoporosis*)

■ Algengi

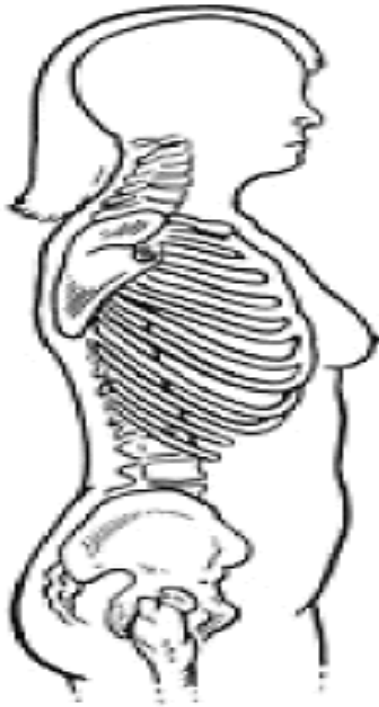
- Tíðni sjúkdómsins hefur farið vaxandi - mögulega vegna hækkaðs lífaldurs fólks á vesturlöndum.
- Algengari meðal kvenna en karla

■ Orsök

- Framtil 40 ára aldurs eru bein líkamans að ná fullum beinmassa. Eftir 40 ára aldur verður hins vegar niðurbrot beina meira en uppbygging þeirra. Þá hefst beinþynning vegna öldrunaráhrifa, hraðar í konum en körlum, sem stjórnast að einhverju leiti af hormónabreytingum við tíðahvörf.

Beinþynning (*Osteoporosis*)

40 TO 50 YEARS



70 TO 80 YEARS

**COMPRESSION
FRACTURES OF
THE THORACIC
VERTEBRAE**



**LOWER RIBS
REST ON
ILIAC CRESTS**

**ABDOMINAL
DISTENTION**

Beinþynning (*Osteoporosis*)

■ Einkenni

- Bein verða stökk og sárir verkir geta verið í beinum.
- Hreyfihömlun og hætta á beinbrotum við minnsta tilefni
- samfallnir hryggjarliðir

■ Orsök

- Erfðir og umhverfi
- Þróunarferli beinmyndunar á unglingsárum, m.a. tengt mataræði og hreyfingu.

Sjúkdómar í vöðvakerfi

Þrjú flokkar; taugrænir, vefrænir og æxli.

- Vöðvaslensfár (*Myasthenia gravis*)
- Fjölvöðvabólga eða fjölvöðvagigt (*Polymyositis*)
- Vöðvabólga eða vöðvaverkir (*Myalgia*)