

Nenad Horvat¹
Jadranka Delija²
Simeon Grazio³

¹Udruga Remisija ♦ Zagreb

²Udruga oboljelih od kolagenoza ♦ Split

³Hrvatska liga protiv reumatizma ♦ Zagreb

“Živjeti s reumatoidnim artritisom” - nova brošura za bolesnike

“Living with rheumatoid arthritis” - new brochure for patients

Edukacija bolesnika jedan je od ključnih elemenata liječenja bolesnika s reumatskim bolestima. Nova brošura za bolesnike “Živjeti s reumatoidnim artritisom” pruža najbitnije informacije bolesnicima s tom najčešćom upalnom reumatskom bolesti, napose u svjetlu novih mogućnosti liječenja (biološki lijekovima), kojima se u većine bolesnika postiže niska aktivnost bolesti ili njezino potpuno povlačenje.

U brošuri su vrlo pregledno prikazani podaci o tome koga i koliko pogađa reumatoidni artritis, kako se liječi i kome se zbog toga obratiti. Čitatelje/bolesnike se upućuje na to da budu iskreni prema sebi, te da sami postavljaju ciljeve liječenja, a u čemu će uspjeti ako budu ustrajni. Liječenje treba započeti što ranije i pridržavati se uputa liječnika i drugih zdravstvenih djelatnika. Za bilježenje simptoma korisno je koristiti se jednostavnim bilješkama u kalendaru. Naglašava se da za uspješno liječenje bolesnik mora biti dio tima, pa je objašnjena uloga svakog od članova tog tima. Ako smatraju potrebnim bole-

snici se ne smiju ustručavati zamoliti za pomoć psihologa ili psihijatra.

Uz odgovarajuće lijekove naglašena je važnost provođenja fizikalne terapije, te napose medicinskih vježbi. Prije provođenja potonjih preporučljivo je konzultirati se s liječnikom ili fizioterapeutom. Načelno, preporuča se svakodnevno lagano do umjereno vježbanje tridesetak minuta, a navedeni su savjeti kako procijeniti dostatnost intenziteta vježbanja, te što činiti kad se bolest pogorša. Posebna vrijednost priručnika je da su slikovno prikazani primjeri vježbi za pojedine dijelove tijela. Na kraju, za daljnje informacije, tu su i adrese udruga te njihove web stranice. Ovu brošuru je izdala udruga bolesnika “Remisija”, u suradnji s udrugama “Kolagenoze” i “Hrvatska liga protiv reumatizma”. Predstavlja značajan doprinos u sveukupnom naporu liječenja bolesnika s reumatoidnim artritisom.

Ključne riječi: edukacija, reumatoidni artritis, bolesnici, priručnik