류마티스 관절염이란 무엇인가?

류마티스 관절염이란 관절에 영향을 주는 질병입니다. 이 병은 통증과 부기 그리고 뻣뻣함을 유발합니다. 한쪽 무릎이나 손에 류마티스 관절염이 있다면 다른 쪽에도 대개 있게 됩니다. 이 질병은 흔히 여러 관절에 발생하며 몸의 어느 관절이라도 생깁니다. 이 질병이 있는 사람들은 아프고 피로하게 느낄 수 있으며 때때로 열이 납니다.

어떤 사람들은 경미하거나 중등도로 이 질병을 앓기도 하고 증상이 나빠지거나 더 나아지기도 합니다. 어떤 사람들은 수 년이나 평생 지속될 수 있는 심한 형태의 병에 걸립니다. 이러한 형태의 질병은 심각한 관절 손상을 초래할 수 있습니다.

누가 류마티스 관절염이 걸리는가 ?

누구든지 이 병에 걸릴 수 있지만 여성에게 더 흔히 발생합니다. 류마티스 관절염은 흔히 중년에 시작되어 노인이 가장 많이 걸립니다. 그러나 어린이나 젊은이도 걸릴 수 있습니다.

무엇이 류마티스 관절염을 초래하는가 ?

의사들은 류마티스 관절염의 정확한 원인을 알지 못합니다. 의사들이 아는 것은 이 병에 걸리면, 그 사람의 면역계가 자신의 신체 조직을 공격한다는 것입니다. 연구원들은 왜 그리고 어떻게 이러한 일이 생기는지에 관해 많은 것을 배우고 있습니다. 류마티스 관절염을 초래할 수 있는 것들의 내용:

- 유전자 (부모로부터 자녀에게 전달)
- 환경
- 호르몬

어떻게 류마티스 관절염을 진단하는가 ?

가족 주치의나 류머티즘 병 전문의에 가서 진단받을 수 있습니다. 류마티스 전문의란 관절이나 뼈 또는 근육에 문제가 있는 사람을 도와주는 의사입니다. 류마티스 관절염은 다음 이유 때문에 진단하기 어려울 수 있습니다.

- 이 병을 진단하는 검사는 없다
- 그 증상이 다른 종류의 관절 질병과 같을 수 있다

류마티스 관절염을 진단하기 위하여, 의사들은 병력, 신체 검사, 엑스레이 그리고 실험실 검사를 사용합니다.

류마티스 관절염은 어떻게 치료하는가 ?

의사들은 이 병을 치료하는 많은 방법을 알고 있습니다. 치료의 목적은 다음과 같습니다.

- 통증을 없앤다
- 부기를 줄여준다
- 관절의 손상을 늦추거나 중단시킨다
- 기분을 낫게 만들어준다
- 계속 활동적이도록 도와준다

치료에는 환자 교육, 자가관리 프로그램, 그리고 다음에 관해 배우는 것을 돕는 옹호 단체가 포함될 수 있습니다.

- 치료
- 운동하고 쉬는 방법
- 의사와 상의하는 방법
- 문제 해결

이 프로그램들은 다음을 도와줍니다.

- 병에 관해 알아보다

- 통증을 줄인다
- 신체적인 문제와 감정을 극복한다
- 병 조절이 향상됨을 느낀다
- 자신감이 생긴다
- 완전하고 활동적인 삶을 산다.

류마티스 관절염의 치료에는 다음이 포함될 수 있습니다.

- 라이프스타일의 변화
- 약
- 수술
- 규칙적인 의사 방문
- 대체 요법

라이프스타일의 변화

다음은 스스로를 돌보는 몇 가지 방법입니다.

- 휴식과 운동의 균형을 잘 유지한다
- 자신의 관절을 돌본다
- 스트레스를 줄인다
- 건강에 좋은 식사를 한다

약

류마티스 관절염에 걸린 사람들 대부분이 약을 복용합니다. 약은 통증 완화, 부기 감소 그리고 병의 악화 방지에 사용할 수 있습니다. 의사의 처방 내용은 다음에 따라 다릅니다.

- 개인의 전반적인 건강
- 류마티스 관절염이 심한 정도
- 류마티스 관절염이 심하게 될 수 있는 정도
- 약을 복용해야 할 기간
- 약의 효과 정도
- 가능한 부작용

수술

관절 손상이 심한 사람을 위한 여러 종류의 수술이 있습니다. 수술은 다음에 사용됩니다.

- 통증을 감소시킨다
- 관절 기능의 개선을 돕는다

- 일상생활을 할 수 있는 능력을 돕는다

수술이 누구에게나 적당한 것은 아닙니다. 의사와 수술 옵션에 관해 상의하십시오.

규칙적인 의사 방문

규칙적인 진료가 중요하며 의사는 다음을 할 수 있습니다.

- 병이 악화되었는지 알 수 있다
- 약이 도움이 되는지 알 수 있다
- 약의 부작용을 알아낼 수 있다
- 필요에 따라 치료를 변경할 수 있다

이러한 진료에는 혈액, 소변 및 기타 실험실 검사와 엑스레이가 포함될 수 있습니다.

대체 요법

류마티스 관절염의 치료를 위하여 때때로 특별한 음식이나 비타민 및 기타 대체 요법들이 제안됩니다. 일부 요법들은 스트레스를 줄이는 데 도움이 됩니다. 이러한 치료의 대부분이 해롭지는 않지만, 충분히 검사하지 않았거나 실질적인 혜택이 없을 수도 있습니다.

대체 요법을 시작하기 전에 자신의 의사와 상담해야 합니다. 만약 의사가 그 요법이 도움이 되며 해롭지 않다고 생각하면, 규칙적인 진료의 일부가 될 수 있습니다.

류마티스 관절염에 관한 어떠한 연구가 진행되고 있는가 ?

여러 부분에서 연구가 이루어지고 있습니다.

- 면역계
- 유전자
- 류마티스 관절염이 있는 가족
- 새로운 약이나 약의 병용
- 류마티스 관절염과 신체 장애
- 관련된 건강 문제들의 예방
- 류마티스 관절염을 가진 사람들의 생활의 질

류마티스 관절염 및 관련 있는 기타 상태에 관한 상세한 정보:

국립 관절염, 근골격, 피부 질환 연구소(NIAMS)

National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS)
National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS)
Information Clearinghouse
National Institutes of Health (NIH)
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675
전화: 301-495-4484
무료 전화: 877-22-NIAMS (226-4267)
TTY: 301-565-2966
팩스: 301-718-6366
이메일: NIAMSinfo@mail.nih.gov
웹사이트: www.niams.nih.gov

안내

본 간행물은 여기서 설명되는 질환의 치료에 사용하는 약들에 관한 정보를 포함하고 있습니다. 본 간행물이 마련된 당시에 가장 최신(정확한) 정보를 포함시켰습니다. 약에 관한 새로운 정보가 때때로 공개됩니다.

현재 복용 중인 약에 관한 업데이트나 모든 질문은 미국 연방 식품안전청으로 888-INFO-FDA(무료 전화: 888-463-6332)에 문의해 주십시오. 또는 다음 사이트를 방문해 주십시오. 주소: www.fda.gov. 특정한 약에 관한 추가 정보는 www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda 사이트에서 Drugs@FDA를 방문해 주십시오. Drugs@FDA는 FDA가 승인한 약품들의 검색 가능한 카탈로그입니다.