

류마티스 관절염이란 무엇인가?

What Is Rheumatoid Arthritis?

빠른 참조: 일반 대중을 위한 읽기 쉬운 간행물 시리즈

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 생기는 지에 관해 많은 것을 배우고 있습니다. 류마티스 관절염을 초래할 수 있는 것들의 내용:

- 유전자(부모로부터 자녀에게 전달)
- 환경
- 호르몬

어떻게 류마티스 관절염을 진단하는가?

가족 의사나 류머티즘 병 전문의에 가서 진단받을 수 있습니다. 류마티스 전문의란 관절이나 뼈 또는 근육에 문제가 있는 사람을 도와주는 의사입니다.

미국연방보건복지부
공공보건 서비스
U.S. Department of Health
and Human Services
Public Health Service

국립 관절염, 근골격 및
피부 질환 연구소
National Institute of
Arthritis and
Musculoskeletal and
Skin Diseases
National Institutes of Health
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

전화: 301-495-4484
무료전화: 877-22-NIAMS
TTY: 301-565-2966
팩스: 301-718-6366
이메일:
NIAMSinfo@mail.nih.gov
웹사이트:
www.niams.nih.gov



National Institute of
Arthritis and Musculoskeletal
and Skin Diseases

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 낮게 만들어준다.
- 계속 활동적하도록 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 알아본다.
- 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 줄이는데 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 및 피부 질환 연구소

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 건강 상태의 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 문의하십시오. 또는 다음 사이트를 방문하십시오:

www.fda.gov. 특정한 약에 관한 추가 정보는, www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda 사이트에서 Drugs@FDA 를 방문하십시오. Drugs@FDA 는 FDA 가 승인한 약품들의 검색 가능한 카탈로그입니다.