

Bệnh Thấp Khớp Là Gì?

What Is Rheumatoid Arthritis?

Thông Tin Nhanh: Chuỗi Ấn Phẩm Để Đọc cho Công Chúng

Bệnh thấp khớp là bệnh gây ảnh hưởng đến các khớp xương. Bệnh này gây đau, sưng và cứng khớp. Nếu một đầu gối hoặc bàn tay bị thấp khớp, thông thường đầu gối hoặc bàn tay còn lại cũng bị bệnh. Bệnh này thường xảy ra ở nhiều khớp và có thể ảnh hưởng đến bất kỳ khớp nào trong cơ thể. Những người mắc bệnh này có thể cảm thấy ốm yếu, mệt mỏi và thỉnh thoảng bị sốt.

Một số người bị thấp khớp dạng nhẹ hoặc trung bình, có lúc các triệu chứng trở nên trầm trọng hơn và có lúc các triệu chứng đỡ hơn. Những người khác bị thấp khớp dạng nặng có thể kéo dài trong nhiều năm hoặc suốt đời. Dạng bệnh này có thể gây ra tổn thương khớp nghiêm trọng.

Ai Mắc Bệnh Thấp Khớp?

Bất cứ ai cũng có thể mắc bệnh này, mặc dù bệnh xảy ra thường xuyên hơn ở phụ nữ. Bệnh thấp khớp thường bắt đầu ở độ tuổi trung niên và thường gặp nhất ở người già. Tuy nhiên, trẻ em và thanh thiếu niên cũng có thể mắc bệnh.

Những Nguyên Nhân Nào Gây Ra Bệnh Thấp Khớp?

Các bác sĩ không biết chính xác nguyên nhân gây bệnh thấp khớp. Họ biết rằng ở dạng viêm khớp này, hệ miễn dịch của người bệnh tấn công chính các mô trên cơ thể của người đó. Các nhà nghiên cứu đang tìm hiểu nhiều điều về lý do tại sao bệnh này xảy ra và bệnh xảy ra như thế nào. Các nguyên nhân có thể gây ra bệnh thấp khớp đó là:

- Gen (truyền từ bố mẹ sang con)
- Môi trường
- Hoóc môn.

Chẩn Đoán Bệnh Thấp Khớp Bằng Cách Nào?

Mọi người có thể đến gặp bác sĩ gia đình hoặc bác sĩ chuyên khoa khớp để được chẩn đoán. Bác sĩ chuyên khoa khớp là bác sĩ giúp đỡ những người có vấn đề ở các khớp, xương và cơ. Bệnh thấp khớp có thể khó chẩn đoán vì:

- Không có xét nghiệm duy nhất nào chẩn đoán được căn bệnh này
- Các triệu chứng có thể giống như các loại bệnh khớp khác
- Có thể mất nhiều thời gian để phát triển đầy đủ các triệu chứng.

Để chẩn đoán bệnh thấp khớp, các bác sĩ sử dụng bệnh sử, khám sức khỏe, chụp x-quang và các xét nghiệm trong phòng thí nghiệm.

Bộ Sức Khỏe và Dịch vụ Nhân
Sinh Hoa Kỳ
Dịch Vụ Sức Khỏe Công
Cộng
U.S. Department of Health
and Human Services
Public Health Service

Quốc Gia về Các Bệnh Viêm
Khớp, Cơ Xương và Da
Viện Sức Khỏe Quốc Gia
National Institute of Arthritis
and Musculoskeletal and
Skin Diseases
National Institutes of Health
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Điện thoại: 301-495-4484
Số miễn phí: 877-22-NIAMS
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Email:
NIAMSinfo@mail.nih.gov
Trang web:
www.niams.nih.gov



Điều Trị Bệnh Thấp Khớp Như Thế Nào?

Các bác sĩ có nhiều cách để điều trị bệnh này. Các mục tiêu điều trị đó là:

- Khỏi đau
- Giảm sưng
- Làm chậm lại hoặc ngăn chặn tổn thương khớp
- Giúp người bệnh cảm thấy tốt hơn
- Giúp người bệnh duy trì hoạt động.

Điều trị có thể bao gồm giáo dục bệnh nhân, các chương trình tự quản lý và các nhóm hỗ trợ giúp mọi người tìm hiểu về:

- Phương pháp điều trị
- Cách tập thể dục và thư giãn
- Cách trao đổi với bác sĩ của họ
- Giải quyết vấn đề.

Các chương trình này giúp mọi người:

- Tìm hiểu về căn bệnh này
- Giảm đau
- Đối phó với các vấn đề về thể chất và cảm xúc
- Cảm thấy kiểm soát bệnh tốt hơn
- Xây dựng lòng tự tin
- Hướng tới cuộc sống đầy đủ và năng hoạt động.

Điều trị bệnh thấp khớp có thể bao gồm:

- Thay đổi lối sống
- Dùng phẩm
- Phẫu thuật
- Thăm khám bác sĩ thường xuyên
- Các liệu pháp thay thế.

Thay Đổi Lối Sống

Dưới đây là một số cách để chăm sóc bản thân:

- Duy trì sự cân bằng tốt giữa nghỉ ngơi và tập thể dục
- Chăm sóc các khớp xương
- Giảm căng thẳng
- Thực hiện chế độ ăn uống lành mạnh.

Dược Phẩm

Hầu hết những người bị thấp khớp đều sử dụng dược phẩm. Có thể sử dụng thuốc để giảm đau, giảm sưng và ngăn chặn bệnh trở nên tồi tệ hơn. Bác sĩ kê toa phụ thuộc vào:

- Sức khỏe tổng quát của người bệnh
- Mức độ nghiêm trọng của bệnh thấp khớp
- Mức độ nghiêm trọng có thể tiến triển của bệnh thấp khớp
- Người bệnh sẽ sử dụng thuốc trong bao lâu
- Thuốc có tác dụng như thế nào
- Các tác dụng phụ có thể có.

Phẫu Thuật

Có nhiều loại phẫu thuật để điều trị cho những người bị tổn thương khớp nặng. Phẫu thuật nhằm mục đích:

- Giảm đau
- Giúp khớp hoạt động tốt hơn
- Giúp mọi người có thể thực hiện các sinh hoạt hàng ngày.

Không phải ai cũng có thể phẫu thuật. Hãy trao đổi về phương án này với bác sĩ của quý vị.

Thăm Khám Bác Sĩ Thường Xuyên

Chăm sóc y tế thường xuyên đóng vai trò quan trọng để các bác sĩ có thể:

- Xem bệnh có trở nên tồi tệ hơn hay không
- Xem liệu thuốc có hiệu quả hay không
- Quan sát các tác dụng phụ của thuốc
- Thay đổi điều trị khi cần.

Dịch vụ chăm sóc của quý vị có thể bao gồm xét nghiệm máu, nước tiểu, các xét nghiệm trong phòng thí nghiệm khác và chụp x-quang.

Các Liệu Pháp Thay Thế

Chế độ ăn uống đặc biệt, vitamin và các liệu pháp thay thế khác đôi khi được đề xuất để điều trị bệnh thấp khớp. Một số liệu pháp giúp người bệnh giảm bớt căng thẳng. Nhiều phương pháp điều trị trong số này không có hại, nhưng có thể chưa được thử nghiệm kỹ lưỡng hoặc không có bất kỳ lợi ích nào thực sự.

Mọi người cần trao đổi với bác sĩ của họ trước khi bắt đầu sử dụng liệu pháp thay thế. Nếu bác sĩ cảm thấy liệu pháp đó có thể hiệu quả và không gây hại, có thể áp dụng liệu pháp đó như một phần trong chăm sóc thường xuyên.

Nghiên Cứu Nào Đang Được Tiến Hành về Bệnh Thấp Khớp?

Nghiên cứu đang được tiến hành ở nhiều lĩnh vực:

- Hệ miễn dịch
- Gen
- Các gia đình mắc bệnh thấp khớp
- Các loại thuốc hoặc kết hợp thuốc mới
- Bệnh thấp khớp và khuyết tật
- Phòng ngừa các vấn đề sức khỏe có liên quan
- Chất lượng cuộc sống cho những người mắc bệnh thấp khớp.

ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN VỀ BỆNH THẤP KHỚP VÀ CÁC TÌNH TRẠNG KHÁC LIÊN QUAN:

Viện Quốc Gia về Các Bệnh Viêm Khớp, Cơ Xương và Da (NIAMS)

Trung Tâm Thông Tin và Giới Thiệu

Viện Y Tế Quốc Gia

National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS)

Information Clearinghouse

National Institutes of Health

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Điện thoại: 301-495-4484

Số miễn phí: 877-22-NIAMS (226-4267)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Email: NIAMSinfo@mail.nih.gov

Trang Web: www.niams.nih.gov

Thông Tin Dành Cho Quý Vị

Ấn phẩm này chứa thông tin về các loại dược phẩm được sử dụng để điều trị tình trạng sức khỏe được thảo luận ở đây. Khi xây dựng ấn phẩm này, chúng tôi đã đưa ra các thông tin (chính xác) cập nhật nhất sẵn có. Thành thật, chúng tôi phát hành thông tin mới về dược phẩm.

Để cập nhật thông tin và nếu có bất kỳ thắc mắc nào về bất kỳ loại dược phẩm nào quý vị đang sử dụng, vui lòng liên hệ với Cơ Quan Quản Lý Thực Phẩm và Dược Phẩm Hoa Kỳ (FDA) theo số miễn phí 888-INFO-FDA (888-463-6332) hoặc truy cập trang web của cơ quan này tại www.fda.gov. Để có thêm thông tin về các loại thuốc cụ thể, hãy truy cập Drugs@FDA tại địa chỉ www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda. Drugs@FDA là danh mục có thể tìm kiếm các sản phẩm thuốc được FDA phê duyệt.