

# ARTRİT HASTALIĐINI **TANIYOR MUYUZ?**

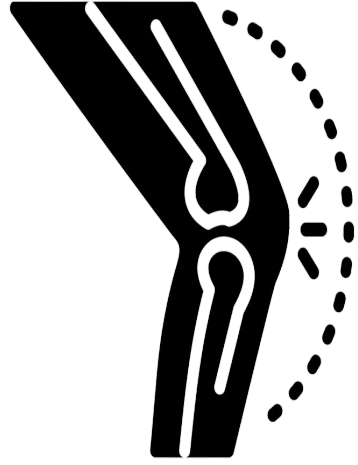


TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
SAĐLIK BAKANLIĐI

saglik.gov.tr

0000  
/SaglikBakanligi

## ARTRİT HASTALIĞI NEDİR?



- Artrit, bir veya daha fazla eklemin iltihaplanması veya şişmesi anlamına gelir.
- Eklemleri, eklem çevresindeki dokuları ve diğer bağ dokularını etkileyen 100'den fazla durumu tanımlar.
- Hastalığa özgü bulgular artritin türüne bağlı olarak değişir, ancak genellikle eklem ağrısı ve sertliğini içerir.

## ARTRİT HASTALIĞININ BELİRTİLERİ NELERDİR?

### Eklemlerde görülen belirtiler:

- ağrı
- eklemde şişlik
- eklemde kızarıklık ve ısı artışı
- eklemde sertlik veya hareket azalması

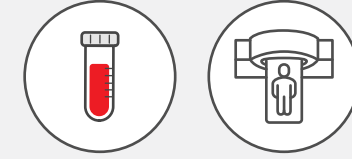
### Genel belirtiler:

- yorgunluk
- kendini iyi hissetmeme
- kilo kaybı

## NASIL TEŞHİS EDİLİR?



Enflamasyon veya diğer artrit belirtilerini aramak için kan testleri yapılabilir. Bazen eklemden sıvı örneği alınabilir.



Kıkırdak kaybı veya eklemdaki boşlukta daralma olup olmadığına bakmak için röntgen, ultrason veya bilgisayarlı tomografi taraması yapılabilir.

## NASIL TEDAVİ EDİLİR?

En uygun tedavi, hangi artrit türüne sahip olduğunuza, hangi eklemlerin etkilendiğine ve sahip olduğunuz bulgulara bağlı olacaktır.

Tedavi şunları içerebilir:

- ağrı kesiciler, anti-enflamatuar ilaçlar veya hastalığı yavaşlatan ilaçlar
- ağrı yönetimi teknikleri

# ARTRİT HASTALIĞI İLE SAĞLIKLI YAŞAMAK İÇİN "ALTIN KURALLAR" NELERDİR?



Düzenli egzersiz yapın.

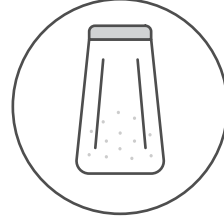


Sağlıklı beslenin.

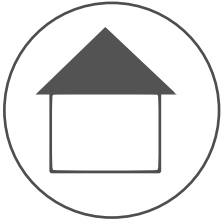


**SİGARA**

Tütün/ tütün ürünleri ve alkol kullanmaktan kaçınin.



Tuz tüketimini azaltın.



Yaşam alanlarınızı hayatınızı kolaylaştıracak şekilde düzenleyin.

Hastalığınızın ilerlemesini önlemek için **doktorunuzun önerdiği sıklıkta takiplerinizi yaptırmayı ihmal etmeyin.**