

SPECIAL



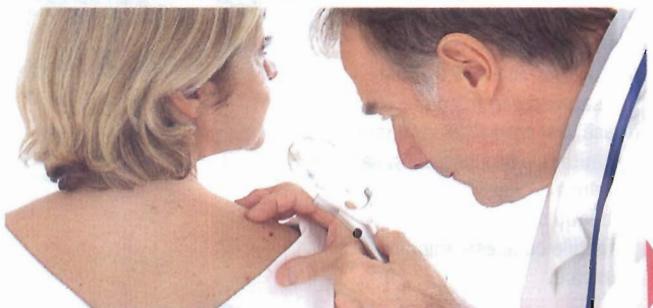
# BOLILE AUTOIMUNE

## Sabotarea propriului organism

Bolile autoimune sunt cronice și nu se vindecă, dar anumite tratamente le țin sub control și le reduc simptomele în momentele de criză.



Când gardianul nostru fidel, sistemul imunitar, devine confuz, începe să atace exact pe cine trebuie să apere: propriul organism. De multe ori, bolile autoimune sunt foarte greu de depistat, iar suferința este mare până ce tabloul devine complet și se pune diagnosticul.



## cuprins

|   |    |
|---|----|
| Sistemul imunitar, trădătorul din casă..... | 24 |
| Ce sunt bolile autoimune .....              | 25 |
| Anemia în bolile autoimune.....             | 27 |
| Artritele imunomediante .....               | 28 |
| Bolile inflamatorii intestinale .....       | 30 |
| Diabetul juvenil.....                       | 32 |
| Boala Graves.....                           | 33 |
| Pancreatita autoimună.....                  | 34 |
| Lupusul eritematos .....                    | 34 |
| Psoriazisul .....                           | 35 |
| Scleroza.....                               | 36 |
| Tiroïda Hashimoto .....                     | 37 |
| Vitiligo .....                              | 37 |
| Cere ajutor aici!.....                      | 38 |



# Sistemul imunitar, trădătorul din casă

**De ce atacă, deși trebuie doar să apere? Cauzele acestei confuzii nu se cunosc, iar vindecarea nu este posibilă. Bolile autoimune pot fi însă ținute în frâu cu tratamentul adecvat.**

## Caseta specialistului



**Dr. Camelia Bergea**

medic primar alergologie-îmunoologie clinică, asistent universitar Universitatea de Medicină și Farmacie Carol Davila

Vaccinarea este un proces prin care este înnoită baza de date a sistemului imunitar prin expunerea la o formă ușoară sau înactivă de bacterie sau virus, formă nepericuloasă, dar care ajută sistemul imunitar să recunoască și să producă anticorpii care vor fi pregătiți să ne protejeze de infecțiile cu aceste microorganisme.

**S**istemul imunitar este o rețea complexă de celule și molecule care ne apără de microorganisme și alte substanțe străine corpului depistate ca inamici și împiedică apariția bolilor și infecțiilor. În această luptă, sistemul imunitar are arme de apărare nespecifice (folosește instrumente care știu să intervină indiferent de natura inamicului agresor), dar și arme specifice, mult mai eficiente (instrumente care învăță cum să distrugă și acționează înțitit față de un anumit agresor).

## Gardienii de serviciu

Cele mai importante componente implicate în apărarea organismului sunt limfocitele B și T. Limfocitele B produc anticorpi, proteine ce atacă substanțele străine și ajută

la distrugerea și eliminarea lor din organism. Acest mecanism de apărare este cunoscut ca răspuns imun umoral, pentru că răspândirea se produce prin umori (lichide).

Limfocitele T sunt celule a căror dezvoltare se face în timus (de aici vine denumirea lor), fiind cunoscute sub numele de celule albe. Sunt responsabile de atacarea substanțelor străine, modul lor de acțiune fiind cunoscut ca răspuns imun celular.

## Când și cum se activează

Limfocitele T și anticorpii devin activi după ce o persoană este expusă unui atac din afara organismului. În timpul vieții, sistemul imunitar dezvoltă o „bază de date” formată din substanțe și microorganisme catalogate ca periculoase sau nepericuloase.





# Ce sunt bolile autoimune

Sunt afecțiuni cauzate de un răspuns nepotrivit al sistemului imunitar, direcționat împotriva propriului organism.

**I**n mod normal, sistemul imunitar este cel care ne apără, însă uneori el încetează să recunoască unul sau mai mulți constituenți normali ai organismului ca fiind proprii și produce anticorpi ce atacă celule normale, țesuturi și/sau organe. Acest „comportament” nu rămâne fără urmări și astfel apar inflamațiile, țesuturi sau chiar organe afectate, funcții modificate și o serie de probleme în cascadă.

**Cine provoacă tulburarea**  
Cauzele sunt necunoscute, dar se bănuiește că, la persoanele cu predispoziție genetică de dezvoltare a

bolilor autoimune, uneori dezechilibrul este declanșat de bacterii, virusuri, toxine sau de unele substanțe din medicamente. Bagajul genetic, sarcina, stresul și anxietatea pot fi alți factori declanșatori.

## Ce organe afectează

Există multe boli autoimune – unele îmbolnăvesc doar un organ, iar altele afectează întregul organism. Cele mai comune organe și țesuturi afectate de bolile autoimune sunt: celulele roșii ale sângelui, vasele de sânge, glandele endocrine precum tiroida sau pancreasul, musculatura, țesutul conjunctiv, articulațiile, pie-

lea. Din păcate, o persoană poate avea în același timp mai multe boli autoimune.

## Simptome înșelătoare

Deși fiecare boală are un tablou larg de manifestări, pentru multe dintre aceste afecțiuni există simptome comune și totodată banale pe care le poți întâlni la gripă sau răceală: oboselă, febră, dureri articulare sau musculare, lipsa poftei de mâncare, stare generală de rău și uneori erupții cutanate. Alte simptome pot fi vertigil, sensibilitatea la frig, modificări de greutate, rigiditate, tulburări digestive, tensiune, iritabilitate, infertilitate.



## Cum se pune diagnosticul

E greu de diagnosticat o boală, simptomele fiind vagi și greu de localizat. Când ai o boală autoimună, corpul produce anticorpi împotriva propriilor țesuturi, iar diagnosticarea implică identificarea acestor anticorpi. În general, se fac teste de sânge, analize ale glandei tiroide, se iau în calcul factorii reumati, foarte importantă fiind anamneza, prin care medicul află care sunt manifestările și astfel își face o imagine completă.

Diagnosticate și îngrijite de medici de diverse specialități, în funcție de organele afectate (reumatolog, neurolog, dermatolog, imunolog, endocrinolog, nefrolog etc.), boile autoimune au o evoluție cronică, dar, de cele mai multe ori, pot fi controlate prin tratamente specifice.

**Ştiai?** Unele femei cu boli autoimune au probleme de fertilitate. Pentru conceperea unui copil, se recomandă tratamentele de fertilizare și așteptarea perioadei de remisie a bolii. În timpul sarcinii, este posibil ca unele simptome să se diminueze ori să se acutizeze.



Clașele de medicație antiinflamatoare de tip corticosteroidian, imunosupresoare, agenți biologici sunt de folos în controlul inflamației și al reacției autoimune, tratamentul pentru fiecare boală autoimună fiind stabilit și monitorizat de medici de diverse specialități: reumatolog,

endocrinolog, dermatolog, gastroenterolog etc. Deși nu se vindecă, boile autoimune pot fi ținute sub control prin terapii moderne. Prezentarea periodică la medicul curant este esențială pentru depistarea la timp a exacerbărilor și a eventualelor complicații ale bolii.



## 10 semne că suferi de o boală autoimună

Dacă ai oricare dintre aceste simptome, dar mai ales o combinație a lor, s-ar putea să suferi de o astfel de boală.

- 1 Dureri articulare, musculare sau slăbiciune ori tremur
- 2 Pierdere în greutate, insomnie, intoleranță la căldură sau bățări rapide ale inimii
- 3 Eruptioni cutanate recurente sau urticarie, sensibilitate la soare, pată în formă de fluture pe nas și obrajii
- 4 Dificultăți de concentrare
- 5 Oboseală, creștere în greutate sau intoleranță la frig
- 6 Cădereea părului, pete albe pe piele sau în interiorul gurii
- 7 Dureri abdominale, sânge sau mucus în scaun, diaree sau afte
- 8 Ochi, piele, gură uscate
- 9 Amorțeală sau furnicături în mâini ori picioare
- 10 Avorturi spontane sau ciclu menstrual cu multe cheaguri de sânge.

# Anemia în bolile autoimune

Mai des întâlnită este anemia provocată de lipsa fierului, însă nu este singura – există multe forme, câteva fiind incluse în categoria bolilor autoimune.

## Anemia hemolitică

Sistemul imunitar distrugе celulele roșii, iar organismul nu poate fabrica altele suficient de repede pentru a satisface nevoile organismului. Corpul începe să nu mai funcționeze optim ca urmare a lipsei de oxigen, transportat la țesuturi de hematii. În aceste condiții, inima trebuie să muncească mai intens pentru a duce cât mai mult oxigen în tot corpul.

► **CÂND APARE** Poate fi declanșată de factori chimici, de streptococi și stafilococi, toxine și paraziți, de o înțepătură de păianjen sau o mușcătură de șarpe. Apare mai frecvent la femei, fără ca vârsta să joace un rol.

► **SIMPOTOME** La început, e posibil să nu existe simptome, intensitatea lor să crească încet-încet sau chiar brusc. Apar stări de oboseală, dificultăți de respirație, amețelă, durere de cap, mâini și picioare reci, piele palidă sau gălbuiu, probleme cardiace, urină închisă la culoare.

► **DIAGNOSTIC** Se fac analize de sânge, testul pentru timpul de sângerare și ecografia splinei.

► **TRATAMENT** Când boala este la început, nu este nevoie de tratament, însă, odată cu agravarea



ei, se prescriu medicamente (de obicei, corticosteroizi), suplimente cu acid folic și chiar scoaterea splinei (dacă ea distrugе celulele roșii) sau transfuzii.

## Anemia pernicioasă

Se numește boala Addison-Biermer și este cauzată de proasta absorbtie a vitaminei B12 la nivel intestinal din cauza unui mecanism autoimun care distrugе celulele gastrice – una dintre cauzele gastritei poate fi chiar această boală. În stadiile avansate ale bolii, mucoasa gastrică se atrofiază. Carența de vitamina B12 duce la o proastă diviziune celula-

ră, diminuarea numărului celulelor albe care luptă împotriva infecțiilor și apariția unor globule roșii mult mai mari.

► **SIMPOTOME ȘI DIAGNOSTIC** Sunt caracteristice paloarea pielii, astenia și dispneea. Se fac teste de sânge, examenul celulelor măduvei și analiza sucului gastric. Anticorpii produși de organism în această afecțiune se formează și în cazul altor boli autoimune.

► **TRATAMENT** Se fac injecții cu vitamina B12 pentru tratarea carentei și apoi curativ o dată pe lună.

# Artritele provocate de sistemul imunitar

Deseori, asociem durerile articulare cu frigul, lucru total greșit. Multe forme de artră fac parte din categoria bolilor autoimune.

**I**n artritele imunomediate, sistemul imunitar atacă țesuturile articulare și duce la inflamații.

Netratate, aceste inflamații distrug cartilajele și afectează osul. Specialiștii spun că boala începe să deterioreze osul în primul sau în al doilea an de la apariția bolii. Aceasta este unul dintre motivele pentru care diagnosticarea rapidă este importantă. Boala afectează nu doar articulațiile, ci și organele interne, ochii și cavitatea bucală.

## Când apar

Femeile care suferă de poliartrită reumatoidă sunt de trei

ori mai multe decât bărbații afectați de această boală. Factorii de mediu (fumatul, virusurile și bacteriile) și cei genetici sunt principalele cauze ale declanșării bolii, dar mai ales combinația lor. Deși poate debuta la orice vîrstă, de regulă apare la persoanele cu vîrste între 25 și 55 de ani.

## Sимptome

Se recunosc lesne: senzație de căldură, durere, umflătură și roșeață la nivelul unor articulații. În timp, se ajunge la pierderea abilităților funcționale ale articulațiilor și deformarea acestora, senzație de slabiciune, oboseală



generală. Boala este cronică, având perioade lipsite de simptome, dar și unele în care acestea devin extrem de virulente. Simptomele sunt acute dimineață, după o perioadă de repaus și febră ușoară.

## Artrita reumatoidă juvenilă

Este cel mai frecvent tip de artră întâlnit la copii și, pe lângă inflamația articulațiilor și rigiditate, poate afecta creșterea acestora.

## Artrita temporală

În general, se inflamează arterele temporale (de aici și denumirea ei), însă boala poate afecta arterele din diverse părți ale corpului. Febra, durerile de cap, oboseala sunt simptome caracteristice acestei afecțiuni.





### Caseta specialistului



Conf. dr. Cătălin Codreanu

directorul Centrului de Boli Reumatismale „Dr. Ion Stoia”

Pacienții trebuie să înțeleagă implicațiile majore ale bolii și caracterul ei ireversibil. Dacă nu este gestionată în mod corespunzător, în timp, afectiunea duce la distrugerea permanentă a articulațiilor, dizabilități și, implicit, la pierderea locului de muncă și nevoie de asistență permanentă.

## Artrita psoriazică

Cei care suferă de psoriasis pot dezvolta în timp artrită psoriazică. Simptomele și sensibilitatea la atingerea articulațiilor mâinilor, degetele se umflă, unghile se îngroașă, se rup și se decolorează, apar cefaleea, durerea oculară și roșeața. Deși afectează orice articulație, cel mai frecvent degetele sunt cele care suferă.

## Diagnostic

Dacă medicul suspectează o artrită reumatoïdă, el recomandă teste pentru markerii de inflamație din organism, factorul reumatoïd și o anume peptidă prezentă în această afecțiune. Radiografiile sunt și ele utile pentru a vedea dacă boala progresează.

## Tratament

Cheia încetinirii sau stopării progresiei bolii este tratamentul timpuriu, prin care se urmărește diminuarea inflamației și durerii. Constanță într-o combinație de medicamente (antireumatice, antiinflamatoare nesteroidiene, steroizi și analgezice) și exerciții, pentru a întări mușchii de sprijin din jurul articulațiilor. În cazuri grave, se recomandă intervenții chirurgicale. Tratamentul este adaptat fiecărui pacient în funcție de vârstă, progresia bolii și articulațiile afectate.

## Alte remedii

Căldura, acupunctura și unele suplimente cu ulei de pește, calciu, ulei din semințe de limba-mielului sau gheara-dracului s-au dovedit utile în reducerea inflamației.

## Dietă de urgență

Deși nu există o dietă pentru artrită, evitarea unor alimente ajută la reducerea inflamațiilor. Produsele care conțin grăsimi saturate (slăniță, friptură, unt) cresc inflamațiile în organism și, prin urmare, trebuie consumate rar. În schimb, cele bogate în omega 3 (somon, tofu, nuci) sunt de ajutor.

## Importanța mișcării

Deși par că solicită articulațiile și cresc disconfortul, exercițiile regulate acționează tocmai invers, reducând inflamațiile. În plus, ajută la tonificarea musculaturii și întărirea oaselor. Se recomandă stretching, aerobic în apă, înnot. Este bine să faci cu prudență exercițiile care pun presiune pe articulații, cum ar fi cele cu greutăți sau alergatul. Când apare faza acută, trebuie să iezi o mică pauză de la sport.

# Bolile inflamatorii intestinale

Sunt afecțiuni cronice ale tractului gastrointestinal, cel mai des întâlnite fiind boala Crohn și rectocolita ulcerohemoragică.

**L**a nivel mondial, peste 5.000.000 de persoane sunt diagnosticate cu boli inflamatorii intestinale. Acestea sunt caracterizate prin

perioade active, când simptomele sunt puternic resimțite, și intervale de remisie a bolii, când simptomele disipați ori se manifestă la o intensitate mică.



## Când apar

Chiar dacă afectează persoane de toate vîrstele, cele mai multe cazuri se înregistrează în rîndul celor cu vîrstă între 20 și 30 de ani. În ultimii ani, incidența bolilor inflamatorii intestinale a crescut inclusiv la copii și adolescenți. În cazul copiilor, boala Crohn este deosebit de periculoasă pentru că afectează procesul de creștere și dezvoltarea acestora. Cei mai importanți factori declanșatori ai bolii sunt legați de mediu și stilul de viață. Fumatul, antibioticele în exces, alimentația și stresul afectează flora intestinală într-un mod de cele mai multe ori ireversibil. Totuși, unii factori declanșatori rămân în continuare necunoscuți.

## Asocierea cu alte boli

Bolile inflamatorii intestinale sunt asociate cu apariția altor afecțiuni, precum cele ale ochilor, articulațiilor sau pielii. Jumătate din pacienții cu o astfel de boală suferă frecvent de recidive și de multe ori au și alte afecțiuni intestinale.

## Bolile inflamatorii intestinale în cifre

► **3.000.000** dintre cei care suferă de o astfel de boală trăiesc în Europa, în special în nordul continentului, însă prevalența bolii continuă să crească în țările din sudul și estul acestuia.

- ▶ **53%** din pacienții cu boala Crohn au nevoie de spitalizare după zece ani de la diagnosticare.
- ▶ **30-50%** din pacienți necesită intervenții chirurgicale, iar până la 20% din aceștia suferă o operatie în 5-10 ani.

## **Boala Crohn**

Afectează persoane de toate vîrstele, dar cazurile cel mai des întâlnite sunt în rândul tinerilor cu vîrste între 15 și 25 de ani. Pacienții care suferă de boala Crohn în stadiu avansat pot să aibă țesutul intestinal afectat și să manifeste abcese care cauzează inflamații.

- ▶ **SIMPTOME** Printre simptomele bolii se numără crampele, scădere în greutate și, în unele cazuri, sângerarea rectală. Alte simptome de întâlnire sunt diareea, durerea abdominală și febra.

## **Rectocolita ulcerohemoragică**

Această afecțiune cauzează ulcere în colon și duce la complicații care pun în pericol viața pacientului.

- ▶ **SIMPTOME** Se manifestă prin inflamații la nivelul rectului și al colonului, iar asta duce la diaree, sângerări rectale și crampă abdominală.

Boala apare la orice vîrstă, dar cel mai frecvent se manifestă între 35 și 40 de ani.

## **Intoleranța alimentară**

Este o afecțiune foarte des întâlnită atât în rândul copiilor, cât și al adulților. Conform Organizației Mondiale a Sănătății (OMS), la ora actuală jumătate din populația globală suferă de intoleranță alimentară.

**1 miliard de oameni sunt diagnosticați cu intoleranță alimentară, iar OMS estimează că, până în 2015, numărul bolnavilor va ajunge la peste 2,5 miliarde.**

În ciuda numărului mare de cazuri, boala nu este diagnosticată ușor. Intoleranța alimentară este o reacție de tip întârziat a sistemului imunitar, la unul sau mai multe alimente, cu o paletă largă de semne și simptome mai mult sau mai puțin supărătoare, pe care pacientul le poate observa sau nu. Este o afecțiune care debutează digestiv, dar cu manifestări la nivelul întregului organism.

- ▶ **SIMPTOME** Cel mai adesea, sunt acuzate dureri de stomac, colici abdominale, senzație de disconfort abdominal, balonare, diaree, constipație, grija, afte, dificultatea de a slăbi sau a se îngrișa. Apar eczeme, urticarie, prurit, acnee, dureri musculare, articulare și dificultate în respirație.

- ▶ **COMPLICATII** Există studii clinice care demonstrează influența intoleranței alimentare în apariția sindromului de colon iritabil. Descărcarea de mediatori ai inflamației la nivel local are repercusiuni asupra întregului organism. Poate fi un factor important în agravarea simptomelor unor afecțiuni reumatice, cutanate sau respiratorii. Orice contact repetat al organismului cu alimentul la care are intoleranță este un stres pentru acesta și, ca atare, reacționează atât la nivel local, cât și general.

## **Ce este intoleranța alimentară**

De multe ori, se confundă cu alergia. Intoleranța alimentară presupune o reacție de respingere a unor alimente sau componente de bază ale acestora ce se manifestă la nivelul intestinului printr-un deficit de absorbție a nutrientilor esențiali pentru organismul uman și prin multiple fenomene digestive precum hiperfermentație sau modificări ale motilității intestinale.



## **Bine de știut**

Diagnosticarea rapidă a acestei afecțiuni și o dietă corespunzătoare au drept scop îmbunătățirea stilului de viață și contribuie la menținerea stării de sănătate.

Dacă în alergia alimentară produsele incriminate sunt evitate toată viață, în cazul intoleranței alimentare acestea sunt eliminate o perioadă, în funcție de gradul de reacție a organismului, după care sunt reintroduse treptat, în cantități mici și rar.



## DIABETUL JUVENIL

Este o boală inflamatorie autoimună a pancreasului, ce determină curența de insulină. Pancreasul secretă foarte puțină insulină sau deloc. Fără insulină, nivelul zahărului din sânge nu poate fi controlat. Se numește și diabet zaharat insulinodependent, de tip I.

### Când apare

Medicii n-au reușit să stabilească factorii care duc la declanșarea bolii. Sunt incriminați factorii genetici, de mediu, virusurile fiind cele din capul listei. Distrugerea celulelor pancreaticce, care secrează insulină, începe mai

devreme decât apariția simptomelor. Acest tip de diabet apare cel mai frecvent la copii, dar poate fi diagnosticat la orice vîrstă.

### Sимptome

Urinare excesivă, inclusiv pe timp de noapte, senzație continuă de sete, deshidratare, vedere încetosată, oboseală, infecții ale pielii, pierdere în greutate

### Diagnostic

Se determină nivelul glicemiei din sânge dimineața pe stomacul gol și, în funcție de valoarea inițială, se repetă testarea în următoarele două zile. Se poate administra o

**ȘTIAI?**  
Sharon Stone suferă de diabet zaharat de tip II. Asta n-a împiedicat-o să fie o actriță foarte bună și să ducă o viață normală.

doză de glucoză și apoi se măsoară glicemia la două ore.

### Tratament

Se administrează insulină zilnic, toată viața. Fără tratament, acest tip de diabet pune viața în pericol. Tratamentul implică un anumit regim de viață, unul sănătos, care permite desfășurarea activităților zilnice fără probleme. Se impun: o dietă supraveghetă de medic, activitate fizică, dar și testarea glucozei de mai multe ori pe zi. Este o boală gravă ce se poate complica ușor, ducând la boli de inimă, retinopatie, afecții renale, senzații de arsură sau amortire a mâinilor ori picioarelor. Însă, cu un control strict al glicemiei, aceste complicații pot fi evitate.

**25% din pacienții cu diabet juvenil dezvoltă o boală tiroidiană.**

# BOALA GRAVES

Este o boală autoimună care afectează tiroida. Sistemul imunitar stimulează tiroida să producă mai mulți hormoni decât are nevoie corpul, fapt ce determină tiroida să devină hiperactivă. Asta duce la un ritm cardiac accelerat și la o creștere a ratei de transformare a mâncării în energie. Această afecțiune este strâns legată de boala Hashimoto, o altă boală autoimună care afectează tiroida.

## Când apare

Boala afectează de zece ori mai multe femei decât bărbați și poate apărea la orice vîrstă, deși cel mai des debutează între 20 și 30 de ani. În general, sunt predispuși îmbolnăvirii cei care au în familie suferinzi de tiroidă. Mulți dintre bolnavi suferă și de alte boli, cum ar fi vitiligo, artrită reumatoïdă, boala Addison, diabet zaharat de tip I, anemie pernicioasă sau lupus.

Boala poate fi declanșată de stres, sarcină sau infecții.

## Sимptome

Cele mai multe persoane care suferă de această boală au probleme cu somnul, sunt irascibile, nervoase, sensibile la căldură, transpiră abundant, au palpitații, au părul subțire și fragil, probleme intestinale, pierd în greutate fără motiv și au gușă (tiroida este mărită). Femeile au ciclu redus cantitativ și doar pentru câteva zile, dar

și probleme de fertilitate.

Simptomele apar lent sau brusc și deseori sunt confundate cu alte probleme de sănătate. Există și persoane care suferă de această boală fără să aibă vreun simptom.

## Diagnostic

Teste de sânge pentru hormonii tiroidieni, testarea consumului de iod al tiroidei, testarea pentru determinarea anticorpilor

## Tratament

Se prescriu medicamente care să nu lase tiroida să secrete hormoni în exces, iod radioactiv pentru distrugerea celulelor tiroidiene ca să producă mai puțini hormoni. Uneori, se recomandă și un betablocant pentru a reduce acțiunea hormonilor

ȘTIAI?

În timpul sarcinii, problemele de tiroidă nefratare pun în pericol viața fătului și pe cea a mamei. Alte probleme pot fi preeclampsia, nașterea prematură, avortul spontan și insuficiența cardiacă.

tiroidieni în corp, aducând ritmul cardiac la normal și reducând stările de nervozitate. În unele cazuri, se recomandă extirparea tiroidei.

## Când nu este tratată

Fără tratament, boala Graves duce la probleme serioase de inimă și la fragilizarea oaselor. Furtuna tiroidiană chiar pune viața în pericol.



# PANCREATITA AUTOIMUNĂ

Este o inflamație cronică a pancreasului și a canalelor biliare din ficat, dar poate afecta mai multe organe: glandele salivare, rinichii și ganglionii limfatici.

## Când apare

Afectează în principal bărbații de 50-60 de ani, dar poate să apară indiferent de sex, în copilărie sau în adolescență.

## Sимptome

Se acuză dureri abdominale ușoare, uneori icterul sau scăderea în greutate.

## Diagnostic

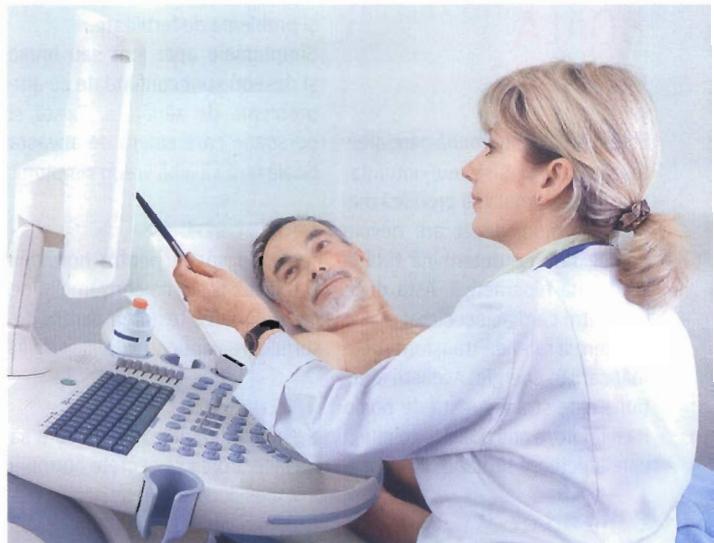
Este o boală rară și ea poate fi diagnosticată greșit drept cancer pancreatic pentru că ambele afecțiuni au simptome similare, dar impun tratamente diferite. Se fac: ecografie, o biopsie endoscopică, teste de sânge.

## Tratament

Starea de sănătate se îmbunătățește considerabil în urma administrării de steroidi, dar și a unei diete sărăce în grăsimi. Analgezicele sunt și ele utile când durerile sunt mari.

# LUPUSUL ERITEMATOS

Sistemul imunitar atacă țesuturile sănătoase ale unui organ sau mai multe, cel mai adesea fiind vorba despre piele, articulații, rinichi, sistem nervos sau plămâni.



## Când apare

S-a constatat că lupusul este declanșat de cele mai multe ori de consumul de medicamente, în special cele pentru afecțiuni cardiace sau hipertensiune, expunerea la substanțe chimice sau chiar la soare, de stresul extrem sau de virusuri. Există și o formă extrem de rară, lupus neonatal, când anticorpii mamei (care are această boală) trec la fetus și duc la erupții cutanate și la malformații cardiace.

Afectează de nouă ori mai multe femei decât bărbați, iar vîrstă la care se declanșează se situează în intervalul 15-45 de ani.

## Sимптомы

Lupusul eritematos poate afecta doar pielea sau cuprinde mai multe organe. Când ținta e pielea, este mai ușor de diagnosticat pentru că apar plăci eritematoase rotund-ovale sau chiar vezicule.

Când afectarea este internă, lucrurile se complică. Medicii spun că nu există două cazuri de lupus care

să fie la fel. Există o gamă largă de simptome, care pot să evoluze lent sau, dimpotrivă, brusc, pot fi ușoare sau severe, temporare sau permanente. Însă cele mai dese simptome sunt: articulații dureroase, umflare mâinilor și picioarelor din pricina problemelor cu rinichii, febră peste 38°C, obosaleă, anemie, durere în piept sau dificultăți de respirație, sensibilitate la lumină, pierderea părului, probleme de coagulare, ulcerății la nivelul gurii și nasului, modificarea bruscă a greutății, ochi uscați, echimoze, anxietate, depresie, dureri de cap.

## Diagnostic

Se fac: hemoleucogramă completă, VSH, sumar de urină, test sifilis (pentru a determina dacă există anticorpi antifosfolipidici), evaluarea rinichilor și ficatului (pentru a verifica prezența anumitor enzime și albume).

## Tratament

Din păcate, nu există un tratament pentru această boală, iar medicația

recomandată este pentru reducerea inflamațiilor și durerii. Și, pentru că afectează în mod diferit fiecare persoană, schema de tratament diferă. Deseori, se recomandă antiinflamatoare, corticosteroizi, medicamente imunosupresoare.

## PSORIAZISUL

Mult timp a fost confundat cu lepra și multe persoane cred că-i o eczemă (de aici reacția de a se feri a celor din jur). Este o boală cutanată cronică, inflamatorie (poate afectă inclusiv articulațiile și unghile), autoimună și, prin urmare, necontagioasă. Se caracterizează prin apariția plăcilor eritematoase și proeminente acoperite de scuame albe, solzoase, care se desprind cu ușurință.

### Când apare

Ultimele cercetări au arătat că psoriazisul are și o componentă genetică (cromozomul 16 are doar trei piciorușe în loc de patru), transmisă pe linie maternă. Se poate declanșa la orice vîrstă, chiar din primele luni de

vîță, însă cel mai adesea apare la 20-30 de ani și după 40. Stresul este principalul factor declanșator al bolii, la fel imunitatea scăzută.

### Sимптомы

Апарате скуаме, пете роши или роза ако-  
перите де крости бял, тегълени, цели  
майко и пикоаре. Сензацията на манчар-  
има и болката водят до преболки на сън,  
дискофорт по време на деня, както и ранни.  
Манифестирането може да е във формата на артрит на  
псориаза, което влияе на сърцевите и  
въздушните дробове. Могат да се появят  
и болки в гръден стълб, ако болестта  
включва и гръден стълб.

### Диагностика

Се правят лабораторни изследвания, вкл.  
микроскопия и биопсия на кожата.

### Лечение

În funcție de gravitate și de suprafața afectată, se pot prescrie creme, lotiuni de hidratare, tratamente cu steroidi, cu lumină ultravioletă sau alte tipuri de medicamente.

ŞTIAI?  
Femeile care consumă de obicei bere sunt predispuse să suferă de psoriazis.

### Casetă specialistului



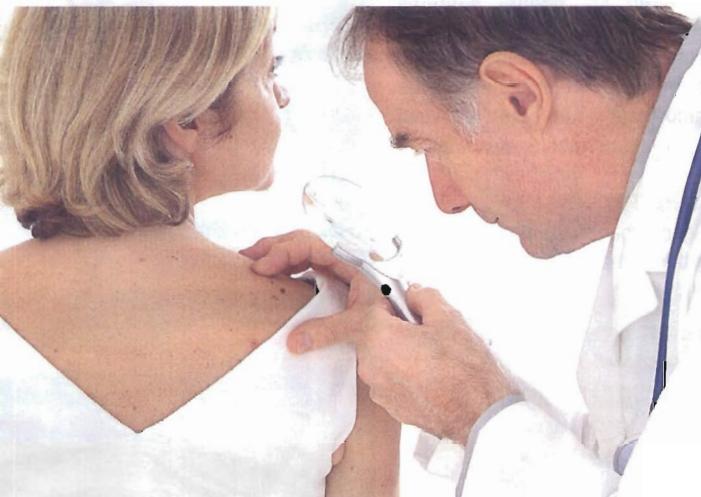
Dr. Carmen  
Cureau

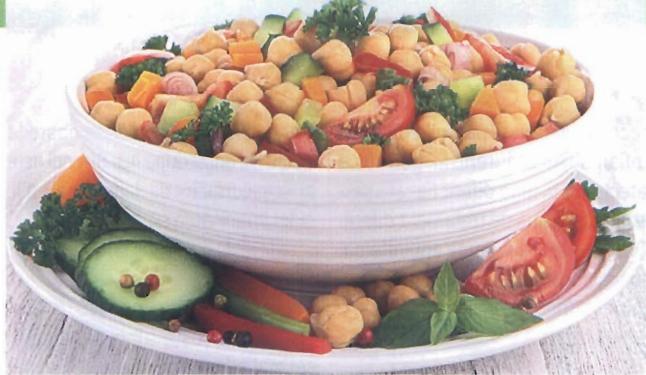
medic primar  
dermatologie,  
doctor în Științe  
Medicale, Academica  
Medical Center

Pentru că fiecare pacient este unic, alegerea terapiei trebuie să fie bazată pe dialogul dintre medic și pacient, astfel încât să fie ales tratamentul adecvat fiecărui pacient în parte.

Pentru psoriazis, există tratamente variate, de la cele topice (adică aplicate pe zonele de piele afectate de acesta) până la tratamentele sistemiche. Tratamentul de ultimă oră presupune terapiile cu agenți biologici. Acestea din urmă sunt folosite în formele severe ale bolii și în cazul pacienților care nu au răspuns la alte forme de tratament.

Pentru a beneficia de seamenea tratamente, așa cum este cel injectabil, pacientul trebuie să aibă o formă severă de boală. De asemenea, înainte de a începe tratamentul cu agenți biologici, pacientul trece printr-o serie de examinări clinice, teste și analize specifice, toate aceste fiind incluse într-un dosar al pacientului.





## Caseta specialistului



**Prof. dr. Mircea Diculescu**

medic primar  
gastroenterologie  
și medicină internă,  
Institutul Clinic Fundeni

**Antiinflamatoarele de tip corticosteroidian, în primul rând, dacă sunt luate o perioadă mai lungă, pot crea dependență. Organismul secretă în mod natural cortizon. Dacă îi dăm cortizon „artificial”, în timp, organismul se dezobișnuiște și nu mai secretă deloc.**

**Toate celelalte efecte secundare, chiar dacă nu intervin în primele zile, vor apărea și, evident, se vor menține în timp. Efectele secundare sunt numeroase, ca doavă a acțiunii complexe a cortizonului. Printre acestea se numără ulcerul, hipertensiunea arterială, osteoporoza, diabetul, retenția de sare și apă, îngrășarea cu față „lună plină” etc.**

**Celelalte medicamente din clasa antiinflamatoarelor nu au efecte secundare atât de complexe și nu dau dependență.**

## SCLEROZA

Este o boală în care este lezat stratul protector din jurul nervilor, fiind afectate atât creierul, cât și măduva spinării.

### Când apare

Boala afectează cu precădere persoanele tinere, cu vârstă între 20 și 40 de ani, și de trei ori mai multe femei decât bărbați. Din păcate, boala poate apărea și la vîrstă foarte fragede.

### Simptome

Pacientul acuză slăbiciune și dificultăți de coordonare și de menținere a echilibrului, pareză, tulburări de vedere, alterarea simțurilor, oboseală, diminuarea concentrării, dificultăți de vorbire și înghitire, tremur, senzație de amorteașă și furnicături la nivelul membrelor, tulburări sexuale.

### Diagnostic

Se recomandă examen LCR, tomografie computerizată, RMN.

**10.000  
de persoane  
suferă în  
România  
de scleroză.**

### Tratament

Acesta începe cu adoptarea unui stil de viață sănătos, odihnă, exerciții fizice ușoare, relaxare, evitarea căldurii sau frigului excesiv, eliminarea grăsimilor, alcoolului, a produselor cu aditivi și coloranți. El este de lungă durată și se bazează pe reducerea severității simptomelor și încetinirea sau stoparea progresiei bolii cu ajutorul antiinflamatoarelor și imunosupresoarelor.





## TIROIDA HASHIMOTO

Tiroidea este afectată tot din pricina sistemului imunitar, dar, spre deosebire de boala Graves, producția de hormoni este scăzută.

### Când apare

Este mult mai des întâlnită la femei decât la bărbați, raportul fiind 10:1. Este frecventă în familiile cu mulți copii, în special cu fete. Stresul intens, virusurile sau nașterea pot declanșa boala.

### Sимптомы

Apar stări de oboseală, slăbiciune, creștere în greutate, sensibilitate la frig, dureri musculare, articulații rigide, edem facial și constipație.

### Diagnostic

Se examinează tiroidea ecografic, dar și sănii și glandele genitale și se face un dozaj hormonal (de hormoni tiroidieni).

melanocitelor, celule responsabile de producerea pigmentului, de către sistemul imunitar.

### Când apare

Un factor important ce declanșează boala este stresul, dar și arsurile solare, expunerea la substanțe chimice și virusurile au o pondere însemnată. Poate afecta pe oricine și oricând, dar mai des este întâlnită după 20 de ani.

### Sимптомы

Apar pete albe (care nu se colorează după expunerea la soare) pe față, dosul palmelor, brațe, genunchi și uneori dureri de cap, amețeli sau pierderea părului. Rare, marginile petelor pot deveni inflamate și apar senzația de mâncărime.

### Tratament

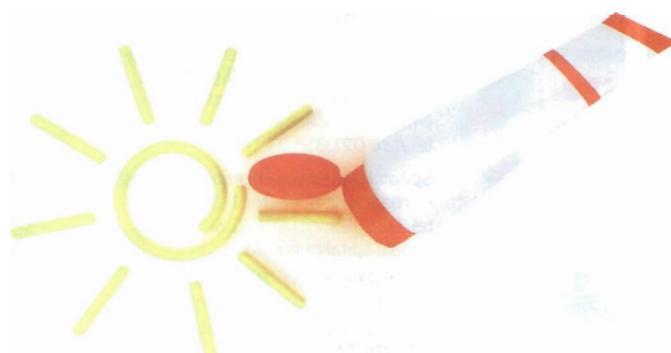
Se pot folosi uneori suplimente cu iod, tratament pentru susținerea funcției tiroidiene și reglarea sistemului imunitar. Terapiile alternative sunt de mare ajutor.

## VITILIGO

Este o depigmentare a pielii de dimensiuni variabile și în diverse locuri. Apare din pricina distrugerii

### Tratament

Este unul estetic, de camuflare a petelor cu creme colorante. Se mai pot recomanda unguente cu creme care conțin steroizi (nu se aplică pe față!) pentru a stopa depigmentarea. Se fac cercetări pentru un tratament revoluționar care să repigmenteze firul de păr după ce a albit, tratament care, se speră, va fi utilizat și pentru această boală.



Pielea albă este lipsită de protecția melaninei și trebuie ferită de soare.

# Ce să faci dacă suferi de o astfel de boală

În primul rând, să urmezi tratamentul pentru a ține sub control boala. Apoi, trebuie să mergi la medic imediat ce apar și alte simptome alarmante, pentru că tratamentele cu imunosupresoare cresc riscul infecțiilor când sunt administrate mult timp.

## ► Intră în comunitatea celor afectați de astfel de boală!

Există Asociația Pacienților cu Afectiuni Autoimune (APAA), care oferă suport persoanelor aflate într-o astfel de suferință. Este important să afli experiențele prin care trec semenii tăi, să știi ce e normal, să vezi cum au trecut ceilalți peste diverse neplăceri sau chiar să fii mai ușor în contact cu medicii atunci când ai nevoie. Suportul celor care trec prin aceleași probleme



este extrem de important.

► **Pune întrebări!** Atunci când ajungi la medic, află ce schimbări implică boala, cum îți poate afecta viața și dacă ai nevoie de vreun regim special.

► **Oboseala este un simptom comun.** Fără să faci lucruri deosebite, te poți simți fără vlagă, însă este important să știi cont de acest semnal și să te odihnești. Oboseala te face să te simți

în stare slabă. E de preferat să alternezi perioadele de odihnă cu cele active pentru a gestiona mai bine boala.

► **Urmează dietă!** În unele cazuri, boala se controlează mai ușor dacă respecti un anumit regim. Dacă nu se impune o astfel de dietă, e bine să încerci să ai un regim cât mai echilibrat. Trebuie să știi că excesele pot agrava boala sau simptomele ei. Când urmezi tra-

tamente cu corticosteroizi, e important să nu consumi sare!

## ► Poti să te confrunti cu reacții de respingere.

Sunt boli ale căror manifestări pot fi interpretate ca transmisibile și de aici și un comportament de evitare și chiar de respingere. Stările de depresie, supărare sau furie însotesc o afecțiune și de multe ori o agravează; de aceea, e bine ca, în aceste situații, să ceri sprijinul unui psiholog care să te învețe cum să le faci față.

► **Există și terapii complementare!** Acupunctura, Tai Chi, Reiki și muzicoterapia nu înlocuiesc beneficiile tratamentelor recomandate de medic, dar contribuie la atingerea stării de bine, mai ales a confortului psihic.

**Cere ajutor  
AICI!**

- **Institutul Clinic de Boli Digestive și Transplant Hepatic Fundeni –** e-mail: ccgth@icfundeni.ro, tel./fax 021.318.04.17
- **Spitalul de Urgență Floreasca - Calea Floreasca nr. 8, sector 1, București** tel. 021.599.23.00, 021.599.23.08 e-mail: spital@urgenta.ro
- **Spitalul Colentina -** Șoseaua Ștefan cel Mare nr. 19-21, cod 020125, sector 2, București, tel. 021.317.32.45, 021.316.73.20
- **Spitalul Universitar - Splaiul Independenței nr. 169, sector 5, București,** tel. 021.318.05.19 - 29, 021.318.05.23, 021.318.05.45

- **Institutul de Gastroenterologie și Hepatologie Iași - Bd. Independenței nr. 1, 700111, Iași, tel./fax 0232/267.500 E-mail: sp\_gastroenterologie@hih.ro**
- **Clinica Medicală III din Cluj - Str. G-ral Traian Moșoiu nr. 38A, tel. 0264/439.110**
- **Spitalul CFR Cluj - Str. Republicii nr. 16-18-20 , tel. 0264-599.596, 0264-599.597**
- **Spitalul Clinic Județean Mureș, Târgu Mureș - Str. Dr. Gh. Marinescu nr. 50, cod 540136, tel. 0733.550.101**
- **A.P.A.A. – Asociația Pacienților cu Afectiuni Autoimune - Str. Ionita Cegan nr. 3, bl. P27, parter, ap. 1, sector 5, București, tel. 0314.315.218; 0747.081.731 e-mail: office@apaa.ro**