



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/GR/intro>

Ρευματικός Πυρετός και Μεταστρεπτοκοκκική Αντιδραστική Αρθρίτιδα

Έκδοση από 2016

3. Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΖΩΗ

3.1 Πως μπορεί το νόσημα να επηρεάσει την καθημερινή ζωή του παιδιού και της οικογένειάς του;

Με την κατάλληλη φροντίδα και τους τακτικούς επανελέγχους τα περισσότερα παιδιά με ρευματικό πυρετό έχουν φυσιολογική ζωή. Ωστόσο, για τους ασθενείς με καρδίτιδα και χορεία συστήνεται υποστήριξη της οικογένειας κατά την διάρκεια των υποτροπών. Η κυριότερη ανησυχία είναι η μακροχρόνια συμμόρφωση (υπακοή στις ιατρικές οδηγίες) αναφορικά με την προληπτική αντιβιοτική θεραπεία. Επιτυγχάνεται με τη βοήθεια των υπηρεσιών πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας και απαιτείται ενημέρωση και εκπαίδευση ώστε να βελτιωθεί η συμμόρφωση στη θεραπεία, ιδίως των εφήβων.

3.2 Τι γίνεται με το σχολείο;

Αν δεν υπάρχει υπολειμματική καρδιακή βλάβη που να έχει εντοπισθεί κατά τη διάρκεια των τακτικών επανελέγχων, δε χρειάζονται ιδιαίτερες συστάσεις για την καθημερινότητα και την συνήθη σχολική ζωή. Τα παιδιά μπορούν να συνεχίζουν κανονικά τις δραστηριότητές τους. Οι γονείς και οι δάσκαλοι πρέπει να κάνουν ό, τι μπορούν και να επιτρέπουν το παιδί να συμμετέχει στις σχολικές δραστηριότητες κανονικά, με σκοπό όχι μόνο το παιδί να έχει μια επιτυχημένη σχολική επίδοση αλλά να είναι αποδεκτό και να το εκτιμούν τόσο οι συνομήλικοί του όσο και οι ενήλικες. Κατά την διάρκεια οξέων φάσεων της χορείας, μερικοί περιορισμοί στα σχολικά καθήκοντα είναι

αναμενόμενοι, και οι οικογένειες και οι εκπαιδευτικοί ίσως χρειαστεί να συμβιβαστούν με αυτό, για διάστημα από 1 έως 6 μηνών.

3.3 Τι γίνεται με τα αθλήματα;

Η άθληση είναι ένα βασικό στοιχείο της καθημερινής ζωής του κάθε παιδιού. Ένας από τους στόχους της θεραπείας είναι να επιτρέψει στα παιδιά να διεξάγουν μια - όσο το δυνατό- φυσιολογική ζωή και να μη θεωρούν τους εαυτούς του διαφορετικούς από τους συνομιλήκους τους. Επομένως, όλες οι δραστηριότητες μπορούν να εκτελούνται στον βαθμό που είναι ανεκτές. Παρ'όλα αυτά, ο περιορισμός της φυσικής δραστηριότητας ή η ξεκούραση στο κρεβάτι μπορεί να είναι απαραίτητα κατά την διάρκεια της οξείας φάσης.

3.4 Τι γίνεται με τη διατροφή;

Δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι η διατροφή μπορεί να επηρεάσει το νόσημα. Γενικά, το παιδί πρέπει να έχει μία ισορροπημένη και φυσιολογική διατροφή για την ηλικία του. Για κάθε παιδί που αναπτύσσεται, συστήνεται μια σωστά ισορροπημένη διατροφή με επαρκή λήψη πρωτεϊνών, ασβεστίου και βιταμινών. Η υπερφαγία θα πρέπει να αποφεύγεται από ασθενείς που παίρνουν κορτικοστεροειδή, γιατί αυτό θα οδηγήσει σε αύξηση της όρεξης.

3.5 Μπορεί το κλίμα να επηρεάσει την πορεία του νοσήματος;

Δεν υπάρχει καμία ένδειξη ότι το κλίμα μπορεί να επηρεάσει τις εκδηλώσεις του νοσήματος.

3.6 Μπορεί το παιδί να εμβολιαστεί;

Ο γιατρός πρέπει να αποφασίσει ποια εμβόλια θα κάνει το παιδί ανάλογα με την περίπτωση. Γενικά, οι εμβολιασμοί δε φαίνεται να αυξάνουν την ενεργότητα του νοσήματος και δεν προκαλούν σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες στους ασθενείς. Παρόλα αυτά, εμβολιασμοί με ζώντες εξασθενημένους μικροοργανισμούς γενικά αποφεύγονται, λόγω του υποθετικού κινδύνου να προκαλέσουν λοίμωξη σε ασθενείς που παίρνουν μεγάλες δόσεις ανοσοκατασταλτικών φαρμάκων ή βιολογικούς παράγοντες. Τα εμβόλια με μη ζώντες μικροοργανισμούς

φαίνεται ότι είναι πιο ασφαλή στους ασθενείς, ακόμη και σε αυτούς που παίρνουν ανοσοκατασταλτικά φάρμακα, αν και οι περισσότερες μελέτες δεν μπορούν να αξιολογήσουν τελείως κάποιες σπάνιες βλάβες που αποδίδονται στους εμβολιασμούς.

Ένας ασθενής που παίρνει μεγάλη δόση ανοσοκατασταλτικών φαρμάκων πρέπει να συμβουλευτείται από τον παιδίατρό του μετά τον εμβολιασμό, να μετρήσει στον ορό του τα επίπεδα των αντισωμάτων για το συγκεκριμένο μικρόβιο ή ιό για το οποίο εμβολιάστηκε.

3.7 Τι γίνεται με την σεξουαλική ζωή, την εγκυμοσύνη και την αντισύλληψη;

Δεν υπάρχουν περιορισμοί στην σεξουαλική δραστηριότητα ή στην εγκυμοσύνη εξαιτίας του νοσήματος. Όλοι όμως οι ασθενείς που παίρνουν φάρμακα, πρέπει να είναι προσεκτικοί σχετικά με τις ενδεχόμενες ανεπιθύμητες ενέργειες αυτών των φαρμάκων στο έμβρυο. Οι ασθενείς πρέπει να συμβουλευούνται το γιατρό τους για την αντισύλληψη και την εγκυμοσύνη.