



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

## **Jaunatvinė Spondiloartropatija / Artritas su Entezitu (SPA-ASE)**

Versija 2016

### **3. KASDIENIS GYVENIMAS**

#### **3.1. Kaip liga paveikia vaiko ir jo šeimos kasdienybę?**

Esant aktyviam artritui, beveik kiekvienas vaikas kasdieniame gyvenime patiria tam tikrų suvaržymų. Kadangi dažnai pažeidžiami apatinių galūnių sąnariai, labiausiai paveikiamas vaikščiojimas ir fizinė veikla. Labai svarbus teigiamas tėvų požiūris, parama ir vaiko skatinimas, nepaisant ligos, būti kiek įmanoma aktyviam ir nepriklausomam. Tai padeda vaikams įveikti sunkumus, susijusius su liga, ir sėkmingai bendrauti su bendraamžiais. Jeigu šeimai sunku susitvarkyti su ligos našta, reikalinga psichologinė pagalba. Tėvai turi palaikyti vaikus kineziterapijos metu ir skatinti tinkamai vartoti jiems paskirtus vaistus.

#### **3.2. Su kokiomis problemomis susiduriama mokykloje?**

Keletas dalykų gali kelti problemų lankant mokyklą: sunku vaikščioti, greitai nuovargstama, juntamas skausmas ar sustingimas. Todėl labai svarbu mokytojams paaiškinti vaiko poreikius: jam reikia specialiai pritaikytas suolo; taip pat jis turi reguliariai pajudėti pamokų metu, kad išvengtų sąnarių sustingimo. Pacientai turi pagal galimybes lankyti kūno kultūros pamokas ir sportuoti. Kai liga gerai kontroliuojama vaistais, neturėtų kilti jokių problemų, jeigu vaikas dalyvaus visose veiklose, kuriose dalyvauja sveiki bendraamžiai.

Mokykla vaikams – kaip darbas suaugusiems: tai vieta, kurioje jie mokosi būti nepriklausomais ir produktyviais žmonėmis. Taigi tėvai ir

---

mokytojai turėtų stengtis kiek įmanydami, kad sergantis vaikas galėtų dalyvauti mokyklos ir popamokinėje veikloje, kaip kiti sveiki vaikai. Taip jis ne tik galės siekti gerų mokslo rezultatų, bet ir bus priimtas bei vertinamas tiek bendraamžių, tiek suaugusiųjų.

### **3.3. Ar galima sportuoti?**

Sportas svarbus kiekvieno vaiko kasdieniame gyvenime. Rekomenduojamos tos sporto šakos, kuriose sąnariai mechanškai neapkraunami arba apkraunami minimaliai (pavyzdžiui, plaukimas, važiavimas dviračiu).

### **3.4. Kokia mityba rekomenduojama?**

Neįrodyta, kad mityba gali turėti įtakos ligos eigai. Vaikas turėtų maitintis subalansuotai ir sveikai pagal savo amžių. Pacientai, vartojantys gliukokortikoidus, turėtų vengti persivalgyti, nes šie vaistai didina apetitą.

### **3.5. Ar klimatas turi įtakos ligos eigai?**

Nėra įrodymų, kad klimatas galėtų paveikti ligos eigą.

### **3.6. Ar galima vaiką skiepyti?**

Kadangi didžioji dalis pacientų yra gydoma NVNU arba sulfasalazinu, skiepyti galima pagal įprastą schemą. Gyvomis vakcinomis (tymų, kiaulytės, raudonukės, vėjaraupių vakcinomis bei Sabino per burną skiepijama poliomielite vakcina) negalima skiepyti pacientų, gydomų didelėmis gliukokortikoidų dozėmis arba biologine terapija. Galima skiepyti vakcinomis, kuriose nėra gyvų organizmų (stabligės, difterijos, poliomielite Salko, hepatitų, kokliušo, pneumokokinės, hemofilus ar meningokokinės). Po vakcinos susidaręs imunitetas dėl imunosupresinio gydymo teoriškai yra silpnesnis, todėl gali prireikti papildomų vakcinų.

### **3.7. Seksualinis gyvenimas, nėštumas ir kontracepcija**

Jokių seksualinio gyvenimo ar nėštumo apribojimų sergant šia liga nenustatyta. Svarbu žinoti, kad kai kurie vaistai gali toksiškai veikti

---

vaisių. Genetiniai ligos aspektai – ne priežastis atsisakyti turėti vaikų. Ši liga nėra mirtina, ir net vaikui paveldėjus genetinį polinkį yra didelė tikimybė, kad jam niekada neišsivystys jokia jaunatvinės SpA-ASE forma.

### **3.8. Ar vaikas gyvens normalų suaugusiojo gyvenimą?**

Tai vienas iš pagrindinių gydymo tikslų, ir dauguma atvejų jį galima pasiekti. Pastaraisiais metais šios ligos gydymas itin patobulėjo. Derinant vaistų vartojimą ir reabilitacijos procedūras, šiuo metu pavyksta apsaugoti nuo pažeidimų daugumos pacientų sąnarius.