



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

## **PAPA sindroms**

Versija 2016

### **3. IKDIENAS DZĪVE**

#### **3.1. Kā slimība ietekmē bērna un ģimenes ikdienas dzīvi?**

Artrīta akūtajos periodos ikdienas aktivitātes var tikt ierobežotas. Tomēr, ja slimība tiek atbilstoši ārstēta, tā attiecīgi reaģē uz ārstēšanu. Gangrenozā pioderma sagādā sāpes pacientam un diezgan lēni reaģē uz ārstēšanu. Gadījumos, kad slimība skar ķermeņa redzamās daļas (piemēram, seju), tas ir liels apgrūtinājums pacientiem un viņu vecākiem.

#### **3.2. Kā ir ar skolas apmeklējumu?**

Bērniem ar hroniskām slimībām svarīgi turpināt izglītoties. Pastāv daži faktori, kas var radīt problēmas ar skolas apmeklēšanu, tāpēc ir svarīgi skaidrot bērna iespējamās vajadzības skolotājiem. Vecākiem un skolotājiem ir jādara viss iespējamais, lai bērns pilnvērtīgi varētu piedalīties visās skolas aktivitātēs. Tas ir svarīgi, lai bērns justos veiksmīgs ne tikai akadēmiskajā izpratnē, bet arī justos pieņemts kolektīvā un novērtēts no vienaudžu un vecāku puses. Viens no veselības aprūpes mērķiem hroniski slimiem pacientiem ir veicināt integrēšanos profesionālajā vidē gados jauniem pacientiem.

#### **3.3. Kā ir ar sportu?**

Aktivitātes var tikt piemērotas pēc iespējām. Vispārējā tendence ir ļaut pacientiem piedalīties sporta aktivitātēs uzticoties, ka tās tiks pārtrauktas locītavu sāpju gadījumā. Sporta skolotāji jāinformē par izvairīšanos no sporta traumām, it īpaši pusaudžu vidū. Pārāk liela

---

piepūle var kaitēt locītavām, tomēr jāuzsver, ka tās var tikt atbilstoši ārstētas un psiholoģiskās sekas var būt daudz smagākas par fiziskajām, jo bērns var izvairīties no aktivitātēm draugu lokā slimības dēļ.

### **3.4. Kā ir ar uzturu?**

Īpaša uztura rekomendācijas nepastāv. Bērnam jāuzņem pilnvērtīgs, sabalansēts uzturs, kas ir atbilstošs savam vecumam. Veselīgs, labi sabalansēts uzturs ar nepieciešamo olbaltumvielu devu, kalciju un vitamīniem ir ieteicams augoša bērna vecumā. Pacientiem, kuri ārstējoties lieto kortikosteroīdus, jāizvairās no pārēšanās, jo medikaments palielina apetīti.

### **3.5. Vai klimats ietekmē slimības gaitu?**

Nē, neietekmē.

### **3.6. Vai bērnu drīkst vakcinēt?**

Jā, bērnu ir ieteicams vakcinēt, tomēr ārstējošajam ārstam jāinformē vecāki par dzīvo vakcīnu ietekmi.

### **3.7. Kā ir ar dzimumdzīvi, grūtniecību un izsargāšanos no tās?**

Līdz šim brīdim nav publicēta informācija par ietekmi uz šo aspektu. Kā likums tāpat kā citām autoimūnām saslimšanām, ieteicams plānot grūtniecību, lai piemērotu atbilstošu ārstēšanu, kas neatstāj nelabvēlīgas sekas uz augli.