STIGTING VIR ARTRITIS

Geregistreerde Organisasie sonder Winsoogmerk - No. 002-847 NPO
Hulplyn No: 0861 30 30 30

REAKTIEWE ARTRITIS

Informasie uitgegee deur ons Hoofkantoor as deel van die deurlopende opvoedingsprogram vir alle lyers met artritis.

Die Been en Gewrigs Dekade is 'n wêreldwye veldtog wat die lewens omstadighede van mense met bee-en-spier onsgeteldhede bevorde ten einde hierdie ongesteldhede to vertaan en te behandel d.m.v. navorsing, voorkoming en onderrig.

Reaktiewe Artritis AFR new.indd 1 6/27/11 9:57:41 AM

INLEIDING

Hierdie boekie is bedoel vir enigeen wat meer te wete wil kom omtrent reaktiewe artritis. Jy ly moontlik self aan die toestand, of dalk is jy 'n vriend, familielid of maat van iemand met reaktiewe artritis. Die boekie sit die belangrikste feite omtrent die toestand uiteen, met inbegrip van die belangrikste simptome en die behandeling daarvan, en beantwoord ook algemene vrae oor hierdie soort artritis. Woorde wat kursief gedruk is waar hulle die eerste maal verskyn, word in die woordelys aan die einde van die boekie verduidelik.

WAT IS REAKTIEWE ARTRITIS?

Die term 'reaktiewe artritis' word gebruik om inflammasie (hitte, pyn en swelling) wat ná 'n bakteriële of virusinfeksie op 'n ander plek iewers in die liggaam in die gewrigte kan ontwikkel, te beskryf. Afgesien van die gewrigspyn en swelling wat dit veroorsaak, kan reaktiewe artritis ook gepaardgaan met simptome soos rooi oë (konjunktivitis), 'n skubberige veluitslag op die hande of voete, diarree, mondulkusse en inflammasie van die geslagsweë wat 'n afskeiding van die serviks, vagina of penis veroorsaak.

Reaktiewe artritis word partymaal Reiter se sindroom genoem na 'n Duitse dokter wat die toestand tydens die Eerste Wêreldoorlog die eerste maal beskryf het. Anders as rumatoïede artritis of osteoartritis is reaktiewe artritis gewoonlik van korte duur en die toestand verdwyn weer na minder as ses maande, en in die meeste gevalle verdwyn dit volkome sonder enige verdere probleme in die toekoms.

HOE WEET 'N MENS OF JY REAKTIEWE ARTRITIS HET?

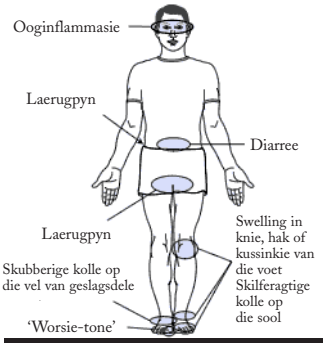
Pyn en swelling, meestal in die knieë, enkels of tone, is gewoonlik die eerste tekens van reaktiewe artritis. Swelling kan skielik ontstaan, of dit kan oor 'n paar dae ontwikkel ná aanvanklike styfheid in die aangetaste gewrigte. Ander gewrigte, met inbegrip van die vingers, polsgewrigte, elmboë en die gewrigte aan die onderpunt van die ruggraat (iliosakrale gewrigte), kan ook ontsteek raak. In sommige gevalle kan die pyn erg genoeg wees om siekteverlof, bedrus en selfs opname in die hospitaal te noodsaak. Reaktiewe artritis kan ook inflammasie van die tendons óm die gewrigte veroorsaak, byvoorbeeld die Achilles-tendon aan die agterkant van die enkel. Indien inflammasie in tendons en gewrigte terselfdertyd in die vingers of tone voorkom, kan dit swelling of 'worsie-vingers of tone veroorsaak. Reaktiewe artritis kan ook tot konjunktivitis, 'n skubberige veluitslag op die palms van die hande of die sole van die voete (dit word keratoderma blennoragie genoem), of 'n pynlike uitslag oor die kop van die penis by mans aanleiding gee. Die belangrikste oorsake van die toestand word in die diagram hieronder opgesom.

Inflammasie van die gewrigte, soortgelyk aan dié wat by reaktiewe artritis opgemerk word, kan ook in ander toestande soos rumatoïede artritis, psoriatiese artritis, Behçet-sindroom of jig voorkom. Reaktiewe artritis kan van hierdie toestande onderskei word aangesien mense 'n episode van infeksie rapporteer wat 'n paar dae of weke voor die swelling van die gewrig begin het. Dit wil voorkom asof die infeksie die begin van die artritis aan die gang sit. Hierdie infeksie kan voedselvergiftiging wees, wat gewoonlik duidelik is as gevolg van braking of diarree, of 'n infeksie soos dié veroorsaak deur 'n virus, met keelseer, verkoue of veluitslag. Party virusinfeksies kan slegs 'n geringe ongesteldheid veroorsaak, maar nogtans in staat wees om reaktiewe artritis aan die gang te sit.

Infeksies van die geslagsdele asgevolg van seksuele omgang wat sigbaar kan word as 'n afskeiding van of ongemak in die penis of vagina word

Reaktiewe Artritis AFR new.indd 2 6/27/11 9:57:41 AM

ook met die ontwikkeling van reaktiewe artritis verbind. Voorbeelde van sodanige infeksies is *chlamydia* en *niespesifieke uretritis (NSU)*. Party mense by wie artritis van die knieë of enkels skielik ontstaan het, se dokter kan aan hulle sê dat hulle reaktiewe artritis het selfs indien die verband met 'n infeksie vooraf nie duidelik is nie.



Tekens van reaktiewe artritis
Jy kan moontlik slegs enkele hiervan hê

Reaktiewe artritis word nie deur 'n aktiewe infeksie in die gewrigte veroorsaak nie en verskil grootliks *van infektiewe (septiese) artritis*. In die geval van septiese artritis is daar 'n aktiewe infeksie in die gewrig. In die geval van reaktiewe artritis raak die gewrigte ontsteek omdat die immuunstelsel, wat die liggaam van die infeksie probeer genees, op die een of ander manier 'n inflammatoriese reaksie in die voering van die gewrig veroorsaak. Onlangse navorsing het daarop gedui dat oorblyfsels van dooie bakterieë moontlik na die gewrig kan beweeg en artritis aan die gang kan sit.

WIE KRY REAKTIEWE ARTRITIS?

Mense van alle ouderdomme, met inbegrip van kinders, kan reaktiewe artritis kry. Om hierdie rede tas reaktiewe artritis oor die algemeen 'n gemiddeld jonger ouderdomsgroep aan as rumatoïede artritis of osteoartritis. Tussen 1 en 2% van die mense betrokke by die uitbreek van voedselvergiftiging kan moontlik agterna aan gewrigsontsteking ly. Reaktiewe artritis word dikwels ná 'n oorsese vakansie deur reisigers aangemeld ná 'n omgekrapte maag of diarree. Die uitbreek van virussiektes in skole, veral *parvovirus*, word dikwels met reaktiewe artritis verbind. Alhoewel daar nie 'n familiële neiging ten opsigte van die ontwikkeling van reaktiewe artritis bestaan nie, het jy waarskynlik 'n groter kans om reaktiewe artritis te ontwikkel indien jy die *HLA-B27*-geen het, wat deur ongeveer 1 uit 14 van die algemene bevolking gedra word. Daar kan met 'n eenvoudige bloedtoets gekyk word of jy die geen het of nie, maar die toets is nie normaalweg nodig by die normale bestuur van reaktiewe artritis nie.

WATTER ONDERSOEKE WORD BY REAKTIEWE ARTRITIS GEBRUIK?

Infeksies wat reaktiewe artritis aan die gang kan sit

Alhoewel daar nie 'n enkele spesifieke toets vir reaktiewe artritis is nie, kan jy moontlik gevra word om 'n stoelgangmonster te verskaf, daar kan 'n keeldepper geneem word of jy kan deur 'n genito-urinêre spesialis ondersoek word en deppers kan van die penis of vagina geneem word. Daar kan vir aanwysers van inflammasie of infeksie getoets word. Bloedtoetse kan uitgevoer word om die mate van inflammasie na te gaan om te kyk of jig nie die oorsaak is nie. Andersins kan bloedtoetse gedoen word vir genetiese ontleding (toetse vir die *HLA-B27*-geen) of vir *teenliggaampies* wat met ander vorme van artritis geassosieer word (rumatoïede faktor, anti-nukleêre teenliggaampie). X-strale is selde van nut. As jy seer rooi oë het, kan

Reaktiewe Artritis AFR new.indd 3 6/27/11 9:57:42 AM

jy moontlik deur 'n oogarts ondersoek word om seker te maak dat daar nie 'n ernstiger inflammasie van die oog, naamlik iritis, is nie.

WATTER BEHANDELING IS BESKIKBAAR?

Behandeling vir reaktiewe artritis kan in drie verdeel word:

- eerstens, antibiotika om die aanvanklike veroorsakende infeksie, indien dit steeds aanhou, te behandel
- tweedens, behandeling om te help met die pyn en swelling van die gewrigte
- derdens, geneesmiddels om die volgehoue artritis te bekamp

Behandeling van die infeksie

As daar vasgestel word dat jy 'n derminfeksie, 'n bakteriële keelinfeksie of 'n infeksie van die geslagsweë het, sal jy moontlik mondelikse antibiotika ontvang. Dit sal jou help om die organisme wat die infeksie veroorsaak, uit te skakel. Indien dit egter 'n virusinfeksie is, kan dit ongelukkig nie met behulp van antibiotika genees word nie. Konjunktivitis word dikwels met oogdruppels of salf behandel. In die geval van ernstiger ooginflammasie kan oogdruppels wat steroïede bevat, moontlik nodig wees.

Behandeling van die pyn en swelling van die gewrigte

Gewrigsontsteking word na gelang van die erns daarvan behandel. Ligte tot matige artritis kan verlig word met behulp van nie-steroïed anti-inflammatoriese middels (NSAIM's) soos ibuprofeen, indometasien of diklofenak. In die geval van nie-steroïed anti-inflammatoriese middels is dit belangrik dat dit nie op 'n leë maag geneem word nie, aangesien dit slegte spysvertering of sooibrand kan veroorsaak. In gevalle van hewiger infeksie moet die gewrig in die rusposisie gespalk word, hak en skoenkussinkies gedra word en in sommige gevalle kan bedrus op die kort termyn verligting bied.

Dieet en aanvullende behandeling

Daar is nog nie bewys dat enige dieet enigsins met hierdie toestand help nie alhoewel sekere dieetaanvullings kan help om die inflammasie te verminder. Aanvullende en alternatiewe behandeling kan moontlik 'n rol speel by die beheer van individuele gewrigsimptome.

Oefening

Dit is belangrik dat jy jou gewrigte sal aanhou beweeg ten einde spierkrag te probeer behou. Jou fisioterapeut of arbeidsterapeut kan jou moontlik aanraai om sekere oefeninge te doen terwyl jy terselfdertyd oormatige aktiwiteit, wat te veel druk op die ontsteekte gewrigte plaas, moet vermy. Yspakke en hitte-kussings kan help met die verligting van gewrigspyn en swelling. Wanneer die gewrigsontsteking aktief is, kan dit jou moontlik moeg laat voel en 'n algemene gevoel van ongesteldheid laat ontstaan. In die vroeë stadia van reaktiewe artritis kan rus en vroeg gaan slaap 'n belangrike rol speel tydens herstel.

Erger artritis

By erger artritis kan gewrigsinspuitings nodig wees om die vloeistof te verwyder ('aspirasie') en om lokale steroïede in die ontsteekte gewrig te plaas. In gevalle van erge artritis kan binnespierse of binneaarse steroïedinspuitings of kort kursusse steroïedtablette in lae dosisse soms selfs nodig wees. Steroïedbehandeling wat so gegee word, is veilig en op die kort termyn dikwels baie doeltreffend. Gevalle van reaktiewe artritis wat langer as ses maande aanhou, kan moontlik siektewysigende middels, soos sulfasalasien en soms metotreksaat of asatioprien vereis.

HERSTEL REAKTIEWE ARTRITIS ALTYD BINNE SES MAANDE?

By die meerderheid mense verdwyn reaktiewe artritis binne ses maande heeltemal. Gedurende hierdie tyd fluktueer dit dikwels, met goeie en slegte dae. Algaande die artritis afneem, is daar geleidelik

Reaktiewe Artritis AFR new.indd 4 6/27/11 9:57:42 AM

meer goeie as slegte dae. By 10 tot 20% mense duur simptome langer as ses maande en slegs 'n klein aantal mense ontwikkel verder 'n hardnekkige artritis wat langertermynbehandeling vereis. Party ongelukkige mense kry aanvalle van artritis wat ná tussenposes van maande of jare weer terugkom in reaksie op verdere aanleidende infeksies. Wanneer dit gebeur, word dit as 'herhalend' beskryf. Hierdie mense moet voorsorgmaatreëls tref om blootstelling aan seksueel oordraagbare infeksies te voorkom en moet veral sorg dra om voedselvergiftiging te vermy.

LEI REAKTIEWE ARTRITIS TOT PROBLEME LATER IN DIE LEWE?

In normale omstandighede herstel die gewrigte volkome wanneer die reaktiewe artritis verdwyn en is daar geen langtermynprobleme nie. 'n Kind met reaktiewe artritis het nie 'n groter kans om as volwassene artritis te ontwikkel nie.

Jy sal waarskynlik binne ses maande volkome herstel wees

WOORDELYS

Anti-nukleêre teenliggaampies (ANT) – teenliggaampies wat dikwels in die bloed van mense met ander vorme van artritis as reaktiewe artritis voorkom. 'n Toets vir anti-nukleêre teenliggaampies word partymaal uitgevoer om daardie toestande uit te skakel.

Chlamydia – die algemeenste seksueel oordraagbare infeksie (SOI) in die VK. Dit is aan die toeneem by jongmense. Dit is 'n bakterie wat jare lank onaktief kan bly en is 'n belangrike oorsaak van onvrugbaarheid. Dit kan geen simptome hê nie.

HLA-B27 – menslike leukosiet-antigeen B27. Een van die HLA-gene van die HLA-B-familie. Mense wat hierdie geen het, is meer geneig om toestande soos reaktiewe artritis, psoriatiese artritis of ankiloserende spondilitis te ontwikkel.

Infektiewe artritis – ook bekend as septiese artritis. Dit verskil baie van reaktiewe artritis. Dit kom voor wanneer daar 'n aktiewe infeksie in 'n gewrig of gewrigte is, gewoonlik aanvanklik slegs een gewrig. Dit kan voorkom as 'n komplikasie van 'n kunsmatige gewrigsvervanging of artritis. Septiese artritis is 'n mediese noodgeval wat hospitaal behandeling vereis.

NSU (niespesifieke uretritis) – 'n inflammasie van die uretra (waardeur urine na buite vervoer word) wat nie deur chlamydia of gonorree veroorsaak word nie. Dit word waarskynlik deur ongeïdentifiseerde bakterieë veroorsaak. Dit kan met antibiotika behandel word. Akkurate diagnose vereis dat 'n monster van die uretra op 'n depper geneem word. NSU kan 'n brandgevoel laat ontstaan wanneer urine gepasseer word, of 'n afskeiding, of daar kan geen simptome wees nie.

Parvovirus – oorsaak van 'n algemene kindersiekte bekend as eriteem of 'vyfde siekte'. Volwassenes wat met kinders wat hierdie infeksie het, in aanraking kom, kan 'n ligte infeksie opdoen sonder dat hulle dit besef. Hierdie virus kan ook reaktiewe artritis aan die gang sit.

Septiese artritis – sien infektiewe artritis.

Teenliggaampies – bloedproteïene wat gevorm word in reaksie op kieme, virusse of enige ander stowwe wat die liggaam as vreemd of gevaarlik beskou. Die rol van teenliggaampies is om vreemde stowwe aan te val en hulle onskadelik te maak.

Reaktiewe Artritis AFR new.indd 5 6/27/11 9:57:42 AM

NATIONAL OFFICE
709 Tulbagh Centre
HansStrijdom Avenue
CapeTown 8001
PO Box 6775
Roggebaai 8012
Tel: (021)425-2344
Fax: (021)421-7330
Website:http//www.arthritis.org.za
E-mail:info@arthritis.org.za
National Helpline:0861303030

Johannesburg Branch
POBox87360,Houghton 2041
Tel: (011)485-0199
Fax: 0867295321
E-mail:nadine@arthritis.org.za

Soweto COPE
Tel: (011)982-6315

Pretoria Branch
PO Box 145,
Menlyn 0063
Cell: 0735804199
Tel: (012)998-7203
Fax: 0866957117
E-mail:patvdv@arthritis.org.za

Bloemfontein Branch
POBox20269,Willows 9320
Cell: 0829214234
Fax: (051)447-0451
E-mail:corrie@arthritis.org.za

Eastern Cape Branch
POBox7740
NewtonPark 6055
Tel: (041)365-1419
Cell: 0825760382
E-mail:jeanette@arthritis.org.za

Western Cape Branch
705Tulbagh Centre
HansStrijdom Avenue
CapeTown 8001
POBox6775
Roggebaai 8012
Tel: (021)425-4759
Fax: (021)421-7330
E-mail:julie@arthritis.org.za

Kwazulu-Natal Branch
POSTNET#309
P/BX04,Dalbridge 4014
Tel/Fax:(031)201-8812
E-mail:trevor@arthritis.org.za

ARTHRITISFOUNDATION

Registered Non-profit Organisation Number 002847NPO

MEMBERSHIP APPLICATION/ANNUALRENEWAL FORM

Please tick relevant boxes:

☐ New application		☐ Renewal	
☐ Individual membership	R100	☐ International membership	R300
☐ Corporate membership	R5000	☐ Other	R
☐ Donation	R	**Total**	**R**

(*For details of Associate membership (individuals joining through the community outreach programme. Please contact your local branch*).

My payment is made by:

☐Crossed cheque
☐Electronic Payment to:
Standard Bank on_____Date
Branch Code:02090900
Account No.:070965226

☐Debit my Credit Card Expires ☐☐☐☐
Card number,on front of Credit Card
☐☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐☐☐
Plus card verification code (last 3 digits at BACK of your card→) ☐☐☐
Signature:_____

Contact Details: Title(Mr.,Mrs.,Ms.,Dr.,Professor,other:_____

Surname:_____First Names_____

Preferred form of address for corespondence ie.Dear_____

HomeAddress(number,nameofdwelling,street,suburb,city/town/district,postalcode:_____

_____

PostalAddress(ifdifferent):_____