

# ЈУВЕНИЛЕН ИДИОПАТСКИ АРТРИТИС

## За ЈИА

Артритисот често се поврзува со постари луѓе, но **може да ги погоди и децата**. Повеќето видови на детски артритис се познати како јувенилен идиопатски артритис (ЈИА). ЈИА предизвикува оток, воспаление и болка во еден или повеќе зглобови.

Постојат различни предизвикувачи за ЈИА и понекогаш активирањето е непознато. За некои деца, ЈИА оди во ремисија со текот на времето, но со добро управување од мултидисциплинарен тим, **повеќето млади луѓе со ЈИА можат да водат нормален живот**.

Ако на вас/вашето дете му е дијагностициран воспалителен артритис, **кој трае повеќе од шест недели, пред неговиот 16-ти роденден**, тоа се нарекува ЈИА. Најчесто се јавува помеѓу 2-6 и 12-14 години и е малку почеста кај девојчињата.



## ЈИА ПОГОДУВА ПРИБЛИЖНО 1 ОД 1000 ДЕЦА

### Симптоми на ЈИА

Постојат неколку различни подтипови на ЈИА и симптомите варираат помеѓу нив. Знаењето кој подтип го имате вие/вашето дете му помага на медицинскиот тим да го обезбеди најдобриот третман.

Треба да посетите лекар ако вие/вашето дете има некој од овие симптоми повеќе од неколку недели:

- **болен, отечен или вкочанет зглоб(и)**, особено наутро
- **болки во грбот** кои се особено полоши наутро
- **зглоб(и) кои се топли** на допир
- зголемен **замор**
- **треска** која постојано се враќа
- **куцање**, но без повреда

Колку порано на некој му се дијагностицира ЈИА, толку подобро. Ова е за да може да се започне ефикасен третман за подобрување на симптомите и враќање на сите активности.



### Вежбање со ЈИА

**Важно е да продолжите да вежбате** доколку вие/вашето дете има ЈИА. Тоа ќе помогне во одржувањето на општата кондиција и ќе ги направи мускулите посилни и пофлексибилни. Ова ќе помогне да се спречи оштетување на зглобовите, да се подобри движењето, координацијата, самодовербата и квалитетот на животот.

**Физиотерапевтот ќе создаде план за вежбање кој ќе одговара на вас/на потребите на вашето дете**. Како што артритисот станува контролиран и општата кондиција се подобрува, вие/вашето дете полека може да почнете да ги отежнувате вежбите.



### Физиотерапија за ЈИА

Физиотерапевтите работат со децата и нивните семејства (а понекогаш и училиштата и спортските тренери) за заеднички да развијат план за:

- **подобрување на физичката функција** (мобилност, умешност, сила, издржливост)
- **да ве поддржи вас и вашето семејство да ги спроведете вежбите** за рехабилитација во нормална рутина
- поддршка на знаењата и вештините во **управувањето со болката**
- да ви помогне вам/вашето дете да работи кон **значајни животни цели поврзани со активност** (на пр. спорт или други физички хоби)
- да даде совет, насоки или превентивни стратегии за **да се избегнат или намалат идните мускулно-скелетни (спортски) повреди**
- да изградите **доверба** кај вас/вашето дете во нивните физички способности
- помогне во решавањето на проблемот и **управувањето со тешките ситуации** што може да се појават

**Физиотерапијата има важна улога во управувањето со симптомите на ЈИА и ќе ви помогне вам/вашето дете да ги правите активностите што сакате да ги правите.**



**World  
PT Day  
2023**

**8 СЕПТЕМВРИ**



**World  
Physiotherapy**

**#WorldPTDay**

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)