

الالتهاب المفاصل الأطفال / اليفعي مجهول السبب

حول JIA

غالبًا ما يرتبط التهاب المفاصل بكار السن ، ولكنه قد يصيب الأطفال أيضًا. تُعرف معظم أنواع التهاب المفاصل في مرحلة الطفولة باسم التهاب المفاصل اليفعي مجهول السبب (JIA). يسبب التهاب مفاصل الأطفال مجهول السبب تورمًا والتهابًا وألمًا في مفصل واحد أو أكثر. هناك مجموعة متنوعة من العوامل المسببة لالتهاب مفاصل الأطفال مجهول السبب وأحيانًا يكون المحفز غير معروف. بالنسبة لبعض الأطفال ، قد يختفي/ يتعافى التهاب مفاصل الأطفال/اليفعي مجهول السبب بمرور الوقت لدى البعض، ولكن مع الإدارة الجيدة من فريق متعدد التخصصات ، يمكن لمعظم الشباب الذين يعانون من التهاب مفاصل الأطفال مجهول السبب أن يعيشوا حياة طبيعية. إذا تم تشخيص إصابتك أنت / طفلك بالتهاب المفاصل ، واستمر أكثر من ستة أسابيع ، قبل العيد ميلاد السادس عشر ، فإنه يسمى التهاب مفاصل الأطفال/اليفعي المجهول السبب. يحدث بشكل شائع بين سن ٢-٦ و ١٢-١٤ ، وهو أكثر شيوعًا عند الفتيات.



يصيب التهاب مفاصل الأطفال/اليفعي مجهول السبب ١ من كل ١٠٠٠ طفل تقريبًا

ممارسة التمارين مع التهاب مفاصل الأطفال/اليفعي المجهول

JIA السبب

من المهم الاستمرار في ممارسة الرياضة إذا كنت أنت / طفلك مصابًا بـ JIA. سيساعد في الحفاظ على اللياقة العامة ويجعل العضلات أقوى وأكثر مرونة. سيساعد هذا في منع تلف المفاصل وتحسين الحركة والتنسيق والثقة وتحسين نوعية الحياة. سيضع أخصاصي العلاج الطبيعي خطة تمارين تناسبك أنت / احتياجات طفلك. عندما يتم التحكم في التهاب المفاصل وتحسن اللياقة العامة ، يمكنك أنت / طفلك البدء ببطء في جعل التمارين أكثر صعوبة.



أعراض التهاب مفاصل الأطفال/اليفعي مجهول السبب

هناك عدة أنواع فرعية مختلفة من التهاب مفاصل الأطفال مجهول السبب وتختلف الأعراض فيما بينها. إن معرفة النوع الفرعي الذي لديك / لطفلك يساعد الفريق الطبي على تقديم أفضل علاج. يجب أن ترى الطبيب إذا كنت أنت / طفلك تعاني من أي من هذه الأعراض لأكثر من أسبوعين:

- المفاصل المؤلمة أو المتورمة أو المتيبسة ، خاصة في الصباح
- آلام الظهر التي تزداد سوءًا في الصباح
- المفاصل التي تكون دافئة عند لمسها
- زيادة التعب
- حمى التي تستمر في العودة
- العرج ولكن بدون إصابة

كلما تم تشخيص إصابة شخص ما مبكرًا بالتهاب مفاصل الأطفال مجهول السبب ، كان ذلك أفضل. هذا حتى يمكن البدء في العلاج الفعال لتحسين الأعراض والعودة إلى جميع الأنشطة.



العلاج الطبيعي لالتهاب مفاصل الأطفال/اليفعي مجهول السبب JIA

يعمل أخصائيو العلاج الطبيعي مع الأطفال وعائلاتهم (وأحيانًا المدارس والمدربين الرياضيين) للمشاركة في وضع خطة من أجل:

- تحسين الوظيفة البدنية (الحركة والبراعة والقوة والقدرة على التحمل)

- دعمك أنت وعائلتك لتنفيذ تمارين إعادة التأهيل في روتين عادي
- دعم المعرفة والمهارات في إدارة الألم
- مساعدتك / مساعدة طفلك على العمل من أجل تحقيق أهداف حياتية ذات هدف تتعلق بنشاط/ أنشطة(مثل الرياضة أو الهوايات البدنية الأخرى)
- تقديم المشورة أو التوجيه أو استراتيجيات الوقاية لتجنب أو تقليل الإصابات العضلية الهيكلية (الرياضية) في المستقبل
- بناء الثقة لك / لطفلك في قدراتهم الجسدية
- المساعدة في حل المشكلات وإدارة المواقف الصعبة التي قد تنشأ بسبب هذا المرض/ الحالة المرضية

يلعب العلاج الطبيعي

دورًا مهمًا في إدارة

أعراض التهاب مفاصل

الأطفال مجهول السبب

وسيُساعدك أنت / طفلك

على القيام بالأنشطة التي

تحب القيام بها



World
PT Day
2023

سبتمبر ٨



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday