

JUVENILE IDIOPATHISCHE ARTHRITIS

Über JIA

Arthritis wird oft mit älteren Menschen in Verbindung gebracht, aber es **kann auch Kinder betreffen**. Die meisten Formen der kindlichen Arthritis sind als juvenile idiopathische Arthritis bekannt (JIA). JIA verursacht Schwellungen, Entzündungen, und Schmerzen in einem oder mehreren Gelenken.

Es gibt viele verschiedene Auslöser für eine JIA, und manchmal ist der Auslöser unbekannt. Bei manchen Kindern lässt die JIA mit der Zeit nach, aber mit einem guten Management durch ein multidisziplinäres Team **können die meisten jungen Menschen mit JIA ein normales Leben führen**.

Wenn bei ihnen/ihrer Kind eine entzündliche Arthritis diagnostiziert wurde, **die noch vor ihrem 16ten Geburtstag für länger als sechs Wochen anhält**, so nennt man dies eine JIA. Sie tritt für gewöhnlich im **Alter zwischen 2-6 und 12-14** Jahren auf, und ist bei Mädchen etwas häufiger.



JIA BETRIFFT ETWA 1 VON 1000 KINDERN

Symptome der JIA

Es gibt eine Reihe verschiedener Unterarten der JIA, und die Symptome sind jeweils unterschiedlich. Das Wissen darüber welche Unterart sie/ihr Kind hat/haben hilft dem medizinischen Team dabei, die beste Behandlung zu bieten.

Sie sollten einen Arzt aufsuchen, wenn sie/ihr Kind für länger als einige Wochen eines der folgenden Symptome hat:

- schmerzhafte, geschwollene, oder steife Gelenke, vor allem morgens
- Rückenschmerzen, der besonders am Morgen stärker ist
- Gelenke die sich warm anfühlen
- Gesteigerte Müdigkeit
- Wiederkehrendes Fieber
- Humpeln ohne eine Verletzung

Je früher jemand mit JIA diagnostiziert wird, desto besser. Dies liegt daran, dass eine effektive Behandlung begonnen werden kann, um die Symptome zu verringern und zu allen Aktivitäten zurückkehren zu können.



Trainieren mit JIA

Es ist wichtig weiterhin zu trainieren, wenn sie/ihr Kind JIA haben. Es wird dabei helfen die allgemeine Fitness zu erhalten und Muskeln stärker und beweglicher zu machen. Dies wird dabei helfen Gelenkschäden zu vermeiden, und Bewegung, Koordination, Selbstvertrauen, und die Lebensqualität zu verbessern.

Physiotherapeut*innen werden einen Trainingsplan erstellen der ihren/ihrer Kindes Bedürfnissen entspricht. Wenn die Arthritis unter Kontrolle ist und sich die allgemeine Fitness verbessert, können sie/ihr Kind anfangen, das Training anstrengender zu gestalten.



Physiotherapie bei JIA

Physiotherapeut*innen arbeiten mit Kindern und ihren Familien (und manchmal mit Schulen und Sporttrainern), um gemeinsam einen Plan zu entwickeln, um:

- Körperliche Funktionen zu verbessern (Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Kraft, Ausdauer)
- Sie und ihre Familie dabei zu unterstützen therapeutische Übungen in eine normale Routine zu integrieren
- Wissen und Fähigkeiten hinsichtlich des Schmerzmanagements zu fördern
- Dabei Ihnen/Ihrem Kind dabei zu helfen auf bedeutungsvolle aktivitätsbezogene Lebensziele hinzuarbeiten (z.B. Sport oder andere körperliche Hobbies)
- Rat, Anleitung und Vorsorgestrategien zu bieten, um zukünftige (Sport-)Verletzungen am Bewegungsapparat zu vermeiden oder zu verringern.
- Ihr Vertrauen/das Vertrauen ihres Kindes in die eigenen körperlichen Fähigkeiten zu stärken
- Dabei zu helfen schwierigen Situationen zu lösen und damit umzugehen, falls sie auftreten

Physiotherapie spielt im Management der Symptome einer JIA eine wichtige Rolle und wird ihnen/ihrer Kind dabei helfen die Aktivitäten zu tun, dies sie gerne machen.



**World
PT Day
2023**

8. SEPTEMBER



**World
Physiotherapy**

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday