

ΑΥΤΟΑΝΟΣΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

Αυτοάνοσες ασθένειες , λέγονται και αυτοάνοσα νοσήματα, ορίζονται εκείνες οι ασθένειες που προκαλούνται από υπερβολική και λανθασμένη απόκριση του ανοσοποιητικού συστήματος έναντι στον ίδιο τον οργανισμό. Οι αυτοάνοσες ασθένειες περιλαμβάνουν περισσότερες από 80 διαταραχές, οι οποίες μπορούν να προσβάλλουν σχεδόν οποιοδήποτε μέρος του σώματος. Είναι η τρίτη πιο συχνή κατηγορία ασθενειών μετά τον καρκίνο και την καρδιακή νόσο. Τα συνηθισμένα συμπτώματα περιλαμβάνουν χαμηλό πυρετό, μυϊκούς πόνους, και αίσθημα κόπωσης, τα οποία κάποιες φορές έχουν περιόδους έξαρσης και ύφεσης.

Πρόκειται για νοσήματα με σημαντικό μεταβολικό υπόβαθρο. Πολλοί ασθενείς με αυτοάνοσα έχουν ελλείψεις και μεταβολικές διαταραχές που δεν γνωρίζουν. Οι ελλείψεις σε μικροθρεπτικά συστατικά και οι μεταβολικές διαταραχές όπως η αντίσταση στην ινσουλίνη, επιδρούν καθοριστικά στην ανάπτυξη και στην πορεία ενός αυτοάνοσου νοσήματος.

Η συμπτωματολογία της νόσου και η μακροχρόνια λήψη φαρμακευτικών αγωγών, επηρεάζουν τη ζωή και την πορεία της υγείας αυτών των ατόμων μακροπρόθεσμα. Η εμφάνιση και η βαρύτητα των συμπτωμάτων εξαρτάται από τη θέση και τον τύπο της αυτοάνοσης απόκρισης που εμφανίζεται. Ένα άτομο μπορεί να έχει ταυτόχρονα περισσότερες από μία αυτοάνοσες ασθένειες και να εμφανίζει συμπτώματα πολλαπλών ασθενειών. Τα συμπτώματα που παρουσιάζονται, καθώς και η ίδια η ασθένεια, μπορούν να επηρεαστούν από διάφορους παράγοντες όπως η ηλικία, οι ορμόνες και οι περιβαλλοντικοί παράγοντες. Τα πρώτα συμπτώματα πολλών αυτοάνοσων ασθενειών είναι παρόμοια, όπως:

- Κούραση
- Χαμηλός πυρετός
- Γενικό αίσθημα αδιαθεσίας
- Πόνοι στους μύες και στις αρθρώσεις
- Εξανθήματα σε διαφορετικές περιοχές του δέρματος

Συχνότητα και αιτιολογία

Υπολογίζεται ότι περίπου 50 εκατομμύρια άτομα πάσχουν από κάποιο Αυτοάνοσο Νόσημα (AD: Autoimmune Disease), δηλαδή

1% του συνολικού πληθυσμού του πλανήτη. Τα αυτοάνοσα νοσήματα αφορούν σε ασθένειες όπου ο ίδιος ο οργανισμός εκδηλώνει ανοσολογική αντίδραση σε δικά του αντιγόνα, προκαλώντας νόσο. Επιτίθεται στους δικούς του ιστούς και όργανα προκαλώντας πόνο, φλεγμονές και άλλες παθολογικές εκδηλώσεις επηρεάζοντας την ποιότητα της ζωής. Σήμερα έχουν αναγνωρισθεί πάνω από 80 διαφορετικά αυτοάνοσα νοσήματα, από τα οποία τα συχνότερα είναι η ρευματοειδής αρθρίτιδα, ο διαβήτης τύπου 1, ο συστηματικός ερυθηματώδης λύκος, η ψωρίαση, η σκλήρυνση κατά πλάκας, η θυρεοειδίτιδα Χασιμότο, η κοιλιοκάκη και άλλα. Υπάρχουν πολλές υποθέσεις σχετικά με τα αίτια πρόκλησης των αυτοάνοσων νοσημάτων, όπως: γενετικοί παράγοντες, ιοί, βακτήρια, τοξίνες, ψυχοσωματικά αίτια, ελλείψεις σε μικροθρεπτικά συστατικά, διατροφικοί και περιβαλλοντολογικοί παράγοντες, ορμονικές διαταραχές, έκθεση σε ακτινοβολίες και αυξημένη αντίδραση του ανοσοποιητικού συστήματος απέναντι σε φυσιολογικά ερεθίσματα. Εδώ θα αναφερθούμε μόνον στους γενετικούς παράγοντες, δηλαδή στο βαθμό στον οποίο το DNA μας επηρεάζει την εμφάνιση αυτών των νοσημάτων.

Πως αντιμετωπίζεται

Τα αυτοάνοσα νοσήματα είναι κατά κανόνα χρόνια νοσήματα τα οποία με την ιατρική παρέμβαση τίθενται σε πλήρη ύφεση. Στόχος του γιατρού είναι να θεραπεύσει όχι μόνο τις εκδηλώσεις της νόσου αλλά συνολικά τον ασθενή. Ο γιατρός πρέπει να βλέπει τον ασθενή συνολικά με τις οργανικές και κοινωνικοψυχολογικές ιδιαιτερότητες του και όχι μόνο σαν εξάνθημα ή αρθρίτιδα. Η σχέση γιατρού – ασθενή με αυτοάνοσο νόσημα είναι μια σχέση μακροχρόνια και ο ασθενής πρέπει να έχει εμπιστοσύνη στο γιατρό του χωρίς όμως αυτό να καταλήγει σε εξάρτηση. Η ενδυνάμωση, από την πλευρά του γιατρού, της αυτοπεποίθησης του ασθενή είναι πολύ σημαντική στην αντιμετώπιση της νόσου του και των παραγόντων που πιθανόν την ευοδώνουν. Οι προσωπικότητες των ασθενών με αυτοάνοσα νοσήματα είναι σε μεγάλο ποσοστό αγχώδεις προσωπικότητες με πολλές αυτομομφές. Η προσπάθεια διόρθωσης τέτοιων συμπεριφορών που φαινομενικά δεν σχετίζονται με τις κλινικές εκδηλώσεις της νόσου είναι πάρα πολύ σημαντική. Στον τομέα αυτό ουσιώδης είναι ο ρόλος των επιστημόνων ψυχικής υγείας.

Η φαρμακευτική αντιμετώπιση των ασθενών με αυτοάνοσο νόσημα είναι εξατομικευμένη και συνδυαστική. Εξαρτάται από τη βαρύτητα της νόσου, την προσβολή των συγκεκριμένων οργάνων, την ηλικία του ασθενή και τη συνύπαρξη άλλων νοσημάτων.

Στόχος της θεραπείας είναι η ανακούφιση του ασθενή από τα συμπτώματα, η εξασφάλιση της βιωσιμότητας του οργάνου που πάσχει με την μικρότερη δυνατή εγκατάλειψη βλάβης, και η μακροχρόνια ύφεση της νόσου. Όσο πιο γρήγορα αρχίζει η θεραπευτική αντιμετώπιση τόσο πιο αποτελεσματική είναι. Κυμαίνεται από απλά προφυλακτικά μέτρα μέχρι τη χορήγηση ανοσοκατασταλτικών και ανοσοτροποποιητικών φαρμάκων. Προς το παρόν, κύριος στόχος της φαρμακευτικής αγωγής είναι η τροποποίηση της συμπεριφοράς του ανοσολογικού συστήματος. Σήμερα έχουμε στη διάθεση μας φάρμακα με μεγάλη αποτελεσματικότητα που έχουν αλλάξει καθοριστικά τη φυσική ιστορία των νοσημάτων αυτών. Η χρήση αυτών των φαρμάκων που ονομάζονται βιολογικοί παράγοντες κυρίως παρεμβαίνουν στην επικοινωνία των κυττάρων του ανοσολογικού συστήματος μεταξύ τους. Είναι σαν να διακόπτουμε στο διαδίκτυο επιλεκτικά κάποια μηνύματα για να μη μπορούν να προσκληθούν κάποια άτομα σε μια σύναξη. Αυτά τα φάρμακα χρησιμοποιούνται συνήθως σε συνδυασμό με παλαιότερα ανοσοκατασταλτικά και μόνον όταν εκτιμηθεί ότι είναι απαραίτητο. Η χορήγηση της φαρμακευτικής αγωγής είναι κατά κανόνα χρόνια.

Συχνότερα αυτοάνοσα νοσήματα

ΡΕΥΜΑΤΟΕΙΔΗΣ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ

Η ρευματοειδής αρθρίτιδα είναι ένα αυτοάνοσο νόσημα που προκαλεί φλεγμονή στις αρθρώσεις. Τα συχνότερα συμπτώματά της είναι πόνος και οίδημα στις αρθρώσεις, καθώς και πολύωρη πρωινή δυσκαμψία. Είναι η δεύτερη πιο συχνή μορφή φλεγμονώδους αρθρίτιδας. Για να κατανοήσουμε πώς αναπτύσσεται η ρευματοειδής αρθρίτιδα, καλό είναι να γνωρίζουμε πώς λειτουργεί μια υγιής άρθρωση.

Τα συνήθη συμπτώματα της ρευματοειδούς αρθρίτιδας περιλαμβάνουν:

- Πόνο και οίδημα στις αρθρώσεις (μικρές αρθρώσεις των χεριών και των ποδιών, μεγάλες αρθρώσεις, όπως γόνατα, αγκώνες, ώμοι, άλλα και σπονδυλική στήλη)
- Δυσκαμψία
- Κόπωση, κατάθλιψη και ευερεθιστότητα
- Αναιμία
- Συμπτώματα γρίπης, όπως κακουχία, εξάψεις και εφιδρώσεις

ΔΙΑΒΗΤΗΣ ΤΥΠΟΥ 1

Ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου 1 είναι μία χρόνια, αυτοάνοση ασθένεια που έχει ως αποτέλεσμα το πάγκρεας να παράγει λίγη ή καθόλου ινσουλίνη. Η ινσουλίνη είναι μια ορμόνη που μετατρέπει τα σάκχαρα σε θρεπτικά συστατικά και βοηθά τη μετακίνηση αυτών των θρεπτικών συστατικών στα κύτταρα μας για την παραγωγή ενέργειας. Χωρίς ινσουλίνη, η γλυκόζη συσσωρεύεται στην κυκλοφορία του αίματος, προκαλώντας υπεργλυκαιμία (υψηλά επίπεδα γλυκόζης) στο αίμα.

Ο διαβήτης τύπου 1 συνήθως εμφανίζεται ξαφνικά κατά την παιδική ηλικία ή την παιδική ηλικία. Σε κάθε παιδί μπορεί να εμφανιστούν διαφορετικά συμπτώματα, με πιο συχνά τα εξής:

- πολυδιψία (αυξημένη δίψα)
- πολυουρία (αυξημένη ούρηση)
- πολυφαγία (αυξημένη όρεξη που συνήθως συνοδεύεται από απώλεια βάρους)
- θολή όραση
- επίμονη ναυτία και έμετο
- κοιλιακό άλγος
- ευερεθιστότητα και συχνές αλλαγές της διάθεσης

•

ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΟΣ ΕΡΥΘΗΜΑΤΩΔΗΣ ΛΥΚΟΣ

Ο λύκος είναι μια χρόνια συστηματική φλεγμονώδης αυτοάνοση πάθηση που συμβαίνει όταν το ανοσοποιητικό σύστημα του ανθρώπου επιτίθεται στους ίδιους τους ιστούς και τα όργανα. Η φλεγμονή μπορεί να επηρεάσει διαφορετικά όργανα του σώματος, συμπεριλαμβανομένων των αρθρώσεων, του δέρματος, των νεφρών, του αίματος, του εγκεφάλου, της καρδιάς και των πνευμόνων. Η διάγνωσή του δεν είναι εύκολη υπόθεση, καθώς πολύ συχνά μοιάζει με άλλες ασθένειες. Γι' αυτό και τα πραγματικά ποσοστά νόσησης δεν είναι γνωστά, καθώς εικάζεται ότι είναι πολύ μεγαλύτερα από τα καταγεγραμμένα.

Τα συμπτώματα και οι κλινικές εκδηλώσεις διαφέρουν από άτομο σε άτομο και μπορεί να είναι διαφορετικά στην ένταση και στην εμφάνισή τους μέσα στο χρόνο. Μερικά συμπτώματα που αναφέρουν οι ασθενείς είναι:

- Έντονη κόπωση
- Πόνος στις αρθρώσεις
- Διόγκωση αρθρώσεων
- Πονοκέφαλος
- Εξάνθημα στα μάγουλα και στη μύτη (που μοιάζει με πεταλούδα)
- Τριχόπτωση
- Αναιμία
- Προβλήματα πήξης του αίματος

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ
https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%91%CF%85%CF%84%CE%BF%C
https://www.drtsoukalas.com/autoanosa-su-88.html
https://bioiatriki.gr/aftoanosa-nosimata-genetika-aitia-kai-moriaki-diagnosi/
https://www.euroclinic.gr/article/autoanosa-nosimata-2/
https://www.hygeia.gr/reymatoeidis-arthritida/
https://www.filiadimitriadi.com/el/paidoendokrinologikes-pathiseis/sakharodis-diavitis-typoy-1
https://www.doctoranytime.gr/p/erythimatodis-lykos
https://www.mykardio.gr/2022/01/04/aytoanosa/