REUMATISMO: TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER.

Conheça um pouco mais sobre doenças reumatológicas, auxiliando seu médico a proporcionar a você uma melhor qualidade de vida.

PREFACIO

Este pequeno trabalho visa dar ao publico leigo subsídios suficientes para tentar notar e compreender como uma doença reumática se instala e progride, ajudando, assim, o medico a melhor tratá-la, pois se o paciente conhece melhor a doença, melhor vai evoluir, independente das ações tomadas pelo especialista. Acredita-se que uma em cada cinco pessoas no mundo sofra de algum processo patológico no sistema conectivo.

O livro procura esclarecer dúvidas que os pacientes costumam ter, facilitando, assim, o relacionamento médico-paciente, e visa unicamente o bem-estar do portador de doença reumatológica.

Procurei usar palavras bem simples e ilustrar o livro com fotos objetivas, para facilitar a compreensão, esperando contribuir, com este modesto, mas esforçado trabalho, para a melhor qualidade de vida dos pacientes.

Espero sinceramente, poder contribuir com este breve, mas esforçado trabalho, para a melhoria da qualidade de vida aos muitos que padecem de doenças reumatológicas e outras doenças dos ossos e articulações.

Paulo Roberto Candido dos Santos.

REUMATISMO: TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER

Por Paulo Roberto Candido dos Santos. ©

I- O QUE É, EXATAMENTE, REUMATISMO?

Reumatismo é uma palavra usada para designar doenças que atingem cartilagens, ossos, músculos, cápsulas articulares, tendões, e que podem atingir órgãos internos como os pulmões, fígado, rins, olhos, e até mesmo o coração. O reumatismo atinge principalmente o tecido que une as estruturas, e é chamado de tecido conjuntivo, ou conectivo, pelo fato deste tecido conectar, ligar, estruturas do nosso corpo. Há varias doenças que são classificadas como "reumatismo". A palavra "reuma" tem origem grega e significa "descida de um liquido". Isto porque os médicos antigos achavam que neste tipo de doenças, algum liquido "descia do cérebro"

para atingir os ossos, as articulações e outras estruturas do corpo humano. O “Pai da Medicina”, Hipócrates, que era grego, sabia diagnosticar e procurava tratar os pacientes acometidos por reumatismo, mesmo com os poucos recursos que possuía na época. Dizem que Hipócrates fazia o diagnóstico de doenças reumáticas simplesmente examinando as mãos dos pacientes, observando as deformidades. Com os avanços da medicina, principalmente no século XX, as doenças reumatológicas começaram a ser mais bem tratadas, o que gerou um grande conforto para os pacientes, pois se tratam de doenças muito dolorosas. Em alguns tipos de reumatismo, o nosso organismo produz células que atacam nossas próprias articulações, e por vezes causam destruição de cartilagens, ossos, e membranas que envolvem as articulações, que se chamam “membrana sinovial.”

Estas membranas, entre outras coisas, fabricam o liquido sinovial, que lubrifica nossas articulações. Com o decorrer da doença, as articulações podem ficar duras, em um processo que se chama “rigidez” articular. Este processo causa muita dor a ponto de impedir que o paciente faça coisas simples no seu dia-a-dia, e pode até

mesmo impedir trabalhos mais pesados. Há pacientes que se tornam muito restritos quando não são tratados adequadamente, ou quando a doença está em um estágio grave. Assim, o paciente que apresenta um quadro suspeito, deve procurar o médico especialista para acompanhar seu caso. No decorrer deste livro, chegaremos às explicações para melhor informar o leitor.

As doenças reumáticas, ao contrário do que muita gente imagina, não são características dos idosos. O reumatismo, quase sempre ataca inicialmente, o adulto jovem ou até mesmo o adolescente e crianças. O idoso que tem reumatismo, normalmente já é portador da doença há muito tempo. Esta confusão ocorre porque muita gente confunde reumatismo com doenças degenerativas próprias da idade, como a artrose.

Assim, para explicar melhor, todo idoso tem artroses, que é o desgaste de cartilagem, mas nem todo idoso tem reumatismo. Acredita-se que no mundo, um em cada cinco adultos tenha algum problema que envolva articulações, mas nem

todos os problemas de articulações são reumatismo.

2- PARA MELHOR ENTENDER OS TERMOS MÉDICOS

Muita gente vai ao médico e ás vezes tem dificuldade em entender sua doença pela falta de conhecimento da linguagem técnica, ou seja, as palavras que os médicos utilizam para explicar a doença. Você, leitor, se chegar a ir ao médico por causa de qualquer doença, peça a ele que explique sua doença em uma linguagem que você entenda. Será bom para ambos e, o relacionamento médico-paciente ficará melhor. É dever do médico, explicar em linguagem clara, o problema do paciente. Assim, não se acanhe em perguntar o significado de algum termo que você não conheça bem, porque não é obrigação do paciente conhecer os “termos técnicos ”que o médico usa.

Para facilitar a compreensão do paciente, eis um pequeno glossário de doenças e sinais de doença que são utilizados no meio médico e que facilitarão o entendimento por parte do paciente.

SULFIXOS:

ITE: Toda palavra terminada em ITE tem significado de “inflamação”. Por exemplo: gastrITE, amigdalITE, hepatITE, otITE, labirintITE, artrITE, tendinITE, e assim por diante.

OSE: Toda palavra terminada em OSE tem significado de processo degenerativo, ou desgaste, de algum órgão do corpo humano. Por exemplo: artrOSE, osteoporOSE, ou de alguma coisa fora do normal, que não seja necessariamente um desgaste.Por exemplo,escoliOSE (coluna com desvio, ou coluna “torta”), cifOSE (“corcunda”.)

OMA: As palavras terminadas em OMA, normalmente têm significado de tumor, benigno ou maligno: carcinOMA (câncer) , osteOMA

(tumor ósseo benigno), melanOMA (câncer de pele) , miOMA (tumor benigno de um músculo).

TERMOS:

VERTEBRA: Vértebra é o nome dos ossos que formam a coluna, daí o nome “coluna vertebral”. São ossos de forma retangular, e muitas têm quase a forma de um cubo. Na coluna cervical (pescoço) são sempre sete, na coluna torácica ou dorsal, são sempre doze e na coluna lombar geralmente são cinco, mas há pessoas com seis vértebras na coluna lombar, que é considerada não uma doença, mas uma “variação” anatômica, não causando qualquer problema á coluna.

DISCO: O famoso “disco”, localiza-se entre duas vértebras e é composto por uma cartilagem que serve para diminuir o peso (impacto) sobre os

ossos da coluna (as vértebras) e que se chama anel fibroso, e uma estrutura gelatinosa que se chama núcleo pulposo. Este “núcleo”, que no jovem é gelatinoso, vai “endurecendo” com o passar do tempo, devido à perda do liquido que contém (desidratação). A “hérnia de disco” ocorre quando a cartilagem (o anel fibroso) se rompe e o núcleo pulposo “escorre” fazendo pressão nos nervos da coluna, causando muita dor. Normalmente esta ruptura da cartilagem é causada por um grande esforço. Esta doença, que não é um reumatismo, ataca normalmente homens jovens. Como o núcleo vai ”endurecendo” durante a nossa vida, é mais difícil um idoso ter a hérnia de disco.

SINDROME: A palavra “síndrome” significa basicamente, um mau funcionamento de algum órgão ou parte de nosso corpo. Uma doença muito comum é a “síndrome do túnel do carpo”, onde “túnel do carpo” é a região localizada logo acima da mão, com a palma para cima, e síndrome, é o mal funcionamento deste local.