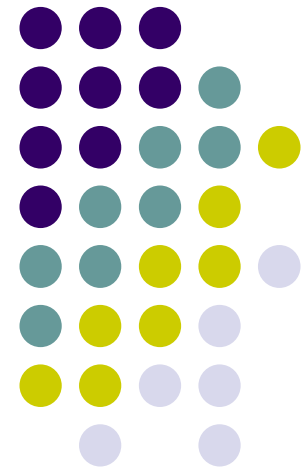


# ΑΥΤΟΑΝΟΣΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

---

ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΟΣ  
ΕΡΥΘΗΜΑΤΩΔΗΣ  
ΛΥΚΟΣ



# ΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ



Η φυσιολογική λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος περιλαμβάνει

- τη **χυμική άνοσο απάντηση**, κατά την οποία παράγονται αντισώματα προς αντίδραση με ειδικά αντιγόνα
- και τη **κυτταρική άνοσο απάντηση**, η οποία χρησιμοποιεί τα Τ κύτταρα προς κινητοποίηση μακροφάγων των ιστών κατά της παρουσίας ξένων στοιχείων.

## ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ



- Εκπαιδεύεται έτσι ώστε όταν προσβληθεί από κάποιον εισβολέα, τον μαθαίνει και αναπτύσσει ειδική γι' αυτόν ανοσία
- Αναπτύσσει ειδική μνήμη έναντι των εισβολέων που έχει συναντήσει
- Παρουσιάζει ανοσολογική ανοχή, διακρίνει δηλαδή τα στοιχεία του οργανισμού του από τα ξένα και δεν στρέφεται εναντίον του εαυτού του
- Και τέλος, μπορεί να συνεργαστεί με όλα τα υπόλοιπα συστήματα του οργανισμού, όπως το νευρικό, το ενδοκρινικό και το μεταβολικό.



### Στα αυτοάνοσα νοσήματα το ανοσοποιητικό σύστημα

- είτε προσβάλλει τον ίδιο τον οργανισμό ( **αυτοανοσία** ), επιτίθεται δηλαδή εναντίον του ίδιου του σώματος, στοχεύοντας τα κύτταρα, τους ιστούς και τα όργανα,
- είτε στη προσπάθεια του να εξουδετερώσει ξένες ουσίες προκαλεί βλάβη στον οργανισμό ( **αυτοφλεγμονή** ),
- είτε τέλος υπολειτουργεί με αποτέλεσμα συχνές και υποτροπιάζουσες λοιμώξεις ( **ανοσοανεπάρκειες** ).

# ΕΝΟΧΟΠΟΙΗΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ



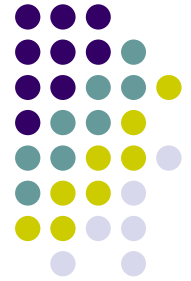
- Οι ιογενείς λοιμώξεις
- Το φως του ήλιου
- Η γήρανση
- Το χρόνια άγχος
- Οι ορμόνες
- Η εγκυμοσύνη
- Η γενετική προδιάθεση

- Ρευματοειδής αρθρίτιδα
- Συστηματικός ερυθηματώδης λύκος
- Σακχαρώδης διαβήτης τύπου Ι
- Σκλήρυνση κατά πλάκας
- Σύνδρομο Sjogren
- Λεύκη
- Ψωρίαση
- Βαριά μυασθένεια
- Αυτοάνοση αιμολυτική αναιμία
- Κακοήθης αναιμία
- Αυτοάνοση θρομβοκυτταροπενία
- Κροταφική αρτηρίτιδα
- Νόσος του Crohn
- Πέμφιγα
- Σκληρόδερμα
- Δερματομυοσίτιδα
- Θυρεοειδίτιδα του Hashimoto
- Γηροειδής αλωπεκία

## ΤΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ



# Χαρακτηριστικά των νοσημάτων



- Είναι πολυπαραγοντικά
- Δεν κληροδοτούνται
- Αφορούν όλες τις ηλικιακές ομάδες
- Συχνά όμως εμφανίζουν «προτίμηση» σε γυναίκες αναπαραγωγικής ηλικίας και δασκάλους
- Διακρίνονται σε οργανοειδικά και σε συστηματικά
- Είναι χρόνια νοσήματα

# ΛΥΚΟΣ



- Συστηματικός Ερυθηματώδης Λύκος ( ΣΕΛ ). Μια χρόνια αυτοάνοση νόσο που μπορεί να προσβάλλει διάφορα όργανα του σώματος, όπως το δέρμα, τις αρθρώσεις, το αίμα, τα νεφρά, την καρδιά, τους πνεύμονες και τον εγκέφαλο.
- Νεογνικός Λύκος
- Φαρμακευτικός Λύκος
- Δισκοειδής Ερυθηματώδης Λύκος



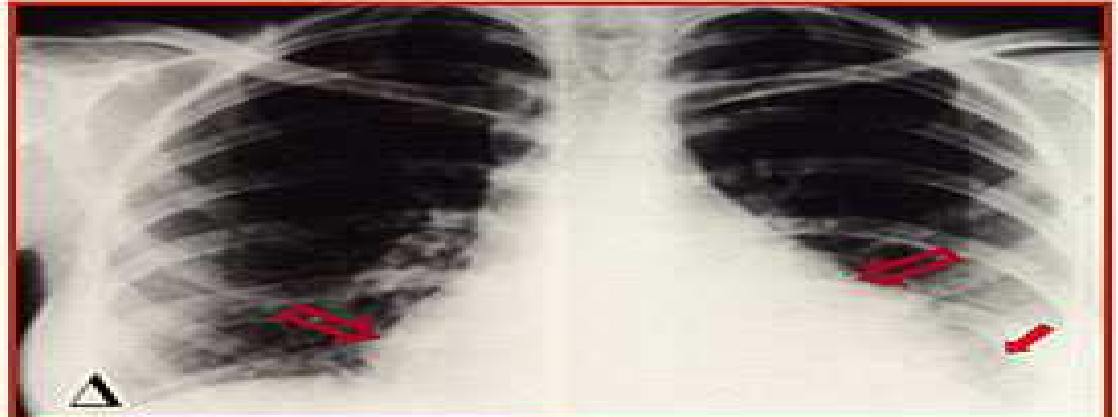
# ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ



- Εμφάνιση εξανθημάτων και ιδιαίτερα του χαρακτηριστικού εξανθήματος της πεταλούδας.
- Φωτοευαισθησία.
- Ανώδυνα έλκη στο στόμα και στη μύτη.
- Πόνος, αδυναμία και πρήξιμο των αρθρώσεων.
- Αλωπεκία.
- Διαταραχή της νεφρικής λειτουργίας.
- Αύξηση της αρτηριακής πίεσης.
- Δύσκολη και επώδυνη αναπνοή, εμφάνιση περικαρδίτιδας ή πλευρίτιδας.

- Διαταραχές νευρικού συστήματος που εκδηλώνονται με:
  - ✓ πονοκέφαλο,
  - ✓ ζάλη,
  - ✓ διαταραχές στη μνήμη,
  - ✓ οπτικές διαταραχές,
  - ✓ κατάθλιψη ή ανικανότητα συγκέντρωσης,
  - ✓ απότομες αλλαγές στη διάθεση και ασυνήθιστη συμπεριφορά.
- Οστεονέκρωση.
- Διογκωμένοι λεμφαδένες.
- Θρόμβοι στις αρτηρίες ή τις φλέβες.
- Προβλήματα στην όραση.
- Φαινόμενο Raynaud.







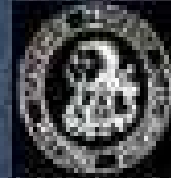
[c] University Erlangen  
Department of Dermatology  
Phone: [+49] 9131-85-2727



[c] University Erlangen  
Department of Dermatology  
Phone: (+49) 9131-85-2727







© University Erlangen,  
Department of Dermatology  
Phone: (+49) 91 31-85-2727







# Τα πιο κοινά συμπτώματα



- Φωτοευαισθησία
- Εύκολη κόπωση
- Πυρετός
- Διογκωμένες και επώδυνες αρθρώσεις
- Μυϊκός πόνος
- Ασυνήθιστη τριχόπτωση
- Ωχρά ή κυανά άκρα μετά από καταστάσεις στρες ή έκθεση στο κρύο
- Αναιμία, αιμορραγική διάθεση, πονοκέφαλοι, σπασμοί και πόνοι στο στήθος.

## Η ΔΙΑΓΝΩΣΗ



- Συνηθισμένες εξετάσεις
- ✓ ΤΚΕ
- ✓ CRP
- ✓ Εξετάσεις αίματος για αναιμία, θρομβοκυτταροπενία και λευκοπενία.
- ✓ Ηλεκτροφόρηση των πρωτεϊνών του πλάσματος (αυξημένη γαμμα-σφαιρίνη και μειωμένη λευκωματίνη)
- ✓ Βιοχημικές εξετάσεις (αύξηση της ουρίας και της κρεατινίνης στο αίμα, μεταβολές στη συγκέντρωση των ηλεκτρολυτών, αύξηση τρανσαμινασών και αύξηση των μυικών ενζύμων)
- ✓ Οι εξετάσεις ούρων (ερυθρά αιμοσφαίρια ή αυξημένο λεύκωμα)



- Ανοσολογικές εξετάσεις
- ✓ Αντιπυρηνικά αντισώματα ( ANA ).
- ✓ Αντισώματα έναντι του DNA.
- ✓ Αντιφωσφολιπιδικά αντισώματα.
- ✓ Αντισώματα anti-Sm.
- ✓ Επίπεδα συμπληρώματος στο αίμα( C3 και C4 )
- Νεφρική βιοψία
- Η δερματική βιοψία
- Άλλες εξετάσεις
- ✓ Ακτινογραφίες θώρακος
- ✓ ΗΚΓ
- ✓ Υπερηχογράφημα
- ✓ ΗΕΓ
- ✓ MRI

## ΘΕΡΑΠΕΙΑ



- Ασπιρίνη και άλλα αντιφλεγμονώδη ( ΜΣΑΦ )  
όπως
  - η ινδομεθακίνη
  - η ναπροξένη
  - η τενιξικάμη
  - η ιβομπρουφαίνη
- Ανθελονοσιακά όπως η δοξυχλωροκίνη
- Κορτικοστεροειδή τύπου κορτιζόνης
- Ανοσοκατασταλτικά όπως
  - το Imuran
  - η Methotrexate
  - και σπανιότερα η Χλωραμβουκίλη και η κυκλοσπιρίνη

# Τα νέα φάρμακα



- Μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα
- Υδροξυχλωροκίνη
- Γλυκοκορτικοειδή ( Κορτιζόνη )
- Ανοσορρυθμιστικά/ανοσοκατασταλτικά
- ✓ Κυκλοσφαμίδα
- ✓ Αζαθειοπρίνη
- ✓ Μυκοφαινολική μοφετίλη
- ✓ Κυκλοσπορίνη
- ✓ Μεθοτρεξάτη
- ✓ Λεφλουνομίδη
- Διάφορα άλλα φάρμακα
- ✓ Δαψόνη
- ✓ Δαναζόλη
- ✓ Ενδοφλέβια ανοσοσφαιρίνη κ.ά.

# Συμπληρωματικές / εναλλακτικές θεραπείες



- Ειδικές δίαιτες
- Συμπληρώματα διατροφής
- Χειροπρακτική
- Ομοιοπαθητική
- Βελονισμός
- Μασάζ
- Έλαια και κρέμες

## Μπορεί να προκληθεί

- Υπερκόπωση
- Καταστάσεις που προκαλούν έντονο στρες
- Έκθεση στον ήλιο και σε υπεριώδη ακτινοβολία
- Έκθεση στο κρύο και σε απότομες καιρικές αλλαγές
- Ιώσεις

## Η ΕΞΑΡΣΗ



## Τα συμπτώματα

- Η έντονη κόπωση
- Η εμφάνιση ή η επιδείνωση του πυρετού
- Η εμφάνιση ή η επιδείνωση του πόνου
- Το εξάνθημα
- Η ναυτία και ο εμετός
- Η ζάλη και ο πονοκέφαλος

# Αντιμετώπιση της κόπωσης



- Να κοιμάται αρκετά
- Να καθιερώσει στη ζωή του τη μεσημβρινή ανάπαυση
- Να οργανώσει τη ζωή του και να ιεραρχήσει τις προτεραιότητές του
- Να ακολουθήσει μια υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή
- Να αποφεύγει καταστάσεις που προκαλούν στρες
- Να κάνει σωστή κατανομή των δυνάμεών του, να σταματά όταν νιώθει κουρασμένος και να συνεχίζει όταν αυτός νιώθει έτοιμος.



# Πλεονεκτήματα της άσκησης



- Απελευθέρωση ενδορφινών
- Ενδυνάμωση του μυϊκού ιστού
- Ευλύγιστες αρθρώσεις
- Διατήρηση σωστού ΣΒ
- Πρόληψη της οστεοπόρωσης
- Έλεγχος του άγχους
- Βελτίωση της αιματικής κυκλοφορίας

# Φροντίδα αρθρώσεων



- Ξεκούραση
- Υποστήριξη με νάρθηκες και μαξιλάρια
- Ειδικά στρώματα
- Αποφυγή μεταφοράς μεγάλου βάρους
- Φυσιοθεραπεία

## Φροντίδα δέρματος



- Να αποφεύγει την έκθεση στον ήλιο μεταξύ των ωρών 10:00π.μ. και 16:00μ.μ. ιδίως το καλοκαίρι.
- Να χρησιμοποιεί αντηλιακή κρέμα με υψηλό δείκτη προστασίας σε όλη τη διάρκεια του χρόνου σε πρόσωπο και σώμα.
- Να τηρεί τους κανόνες προσωπικής υγιεινής.
- Να χρησιμοποιεί υποαλλεργικά καλλυντικά ή καλλυντικά για ιδιαίτερα ευαίσθητα δέρματα τα οποία πρέπει να δοκιμάζονται πριν χρησιμοποιηθούν.
- Να διατηρεί τα άκρα των χεριών και των ποδιών ζεστά με γάντια και μάλλινες κάλτσες κατά τη διάρκεια του χειμώνα.
- Να διατηρεί σωστό σωματικό βάρος και να ακολουθεί υγιεινή διατροφή.

# Εγκυμοσύνη και Σ.Ε.Λ.



- Ελαττωμένη γονιμότητα
- Επιδείνωση των συμπτωμάτων
- Εμφάνιση νόσου
- Αυξημένες πιθανότητες αποβολής
- Πρόωρη γέννα (25%)

**Καλά ενημερωμένοι ασθενείς,  
με θετική στάση έναντι της πάθησης,  
που συμμετέχουν ενεργά στη θεραπεία τους  
και συνεργάζονται εποικοδομητικά με τον  
γιατρό**

- Αισθάνονται λιγότερο πόνο,
- πραγματοποιούν λιγότερες ιατρικές επισκέψεις,
- αποκτούν αυτοπεποίθηση,
- αισιόδοξη στάση ζωής,
- αποτελούν ενεργά και δραστήρια μέλη της κοινωνίας
- και έχουν μια καλή πρόγνωση
- και μια καλή πορεία της πάθησης.

