

อะไรคือสาเหตุของการเกิดโรค JIA?

เกิดจากความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกันที่ทำงานมากผิดปกติจึงไปทำลายข้อและเกิดการอักเสบของข้อตามมา



เกิดอะไรขึ้นบ้างเมื่อเป็นโรค JIA?

จะทำให้เกิดการอักเสบในข้อเพิ่มขึ้นและเนื้อเยื่อรอบข้ออักเสบ ทำให้ปวดข้อ บวมและทำให้ข้อติดตามมา หากข้อติดเป็นระยะเวลานาน ข้อจะผิดรูปและกลั่นเนื้อสัน

อาการของโรค JIA มีอาการอย่างไร?

- ✓ **ปวด บวม ของข้อได้ทุกข้อ**
มีข้อติดข้อเข้าได้ หลังจากขยับข้อซัก 20-30 นาที อาการข้อติดจะค่อยๆดีขึ้น
- ✓ **เดินกะเผลก**
หรือในเด็กเล็กจะไม่ยอมเดินจะขอให้อุ้มตลอดเวลา
- ✓ **เจ็บสันเท้า หรือฝ่าเท้า**
- ✓ **อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย**
- ✓ **เบื่ออาหาร น้ำหนักลด**
- ✓ **อาจจะไข้สูงและมีผื่นบริเวณผิวหนัง**

* ในกรณีที่ปล่อยให้มีข้ออักเสบเรื้อรังเป็นเวลานาน ข้อจะโดนทำลายและทำให้กระดูกเจริญผิดปกติได้

จะได้อย่างไรว่าอาการโรค JIA กำเริบ?

ผู้ป่วยอาจมีอาการไข้ ปวดข้อ อ่อนเพลีย ไม่สุขสบาย ซึ่งอาจจะเป็นอาการของโรค JIA ที่กำเริบ

อะไรทำให้โรค JIA กำเริบได้?

- การพักผ่อนไม่เพียงพอ
- ความเครียด
- การติดเชื้อ
- รวมทั้งการกินยาไม่สม่ำเสมอ

จะอย่างไรเมื่อโรค JIA กำเริบ?

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ทำได้โดยประคบร้อนหรือเย็น บริเวณข้อที่ปวด กินยาลดไข้/ยาแก้ปวด แต่อย่างไรก็ตามหากดูแลเบื้องต้นไม่ดีขึ้น ควรไปพบแพทย์ทันที ห้ามปรับพื้นหรือลดยาเองเป็นอันขาด

Juvenile Idiopathic Arthritis

หรือ JIA

ข้อมูลจาก : หน่วยโรคข้อและรูมาติสซั่ม
ภาควิชาการเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

โรค Juvenile Idiopathic Arthritis หรือ JIA คืออะไร?

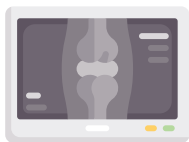
โรค JIA เป็นโรคที่มีข้ออักเสบเรื้อรังในเด็กที่อายุต่ำกว่า 16 ปี โดยมีอาการมากกว่า 6 สัปดาห์ ผู้ป่วยจะมีอาการปวด บวมของข้อและข้อติด

อายุต่ำกว่า 16 ปี



ทำไมต้องรักษาโรค JIA?

1. เพื่อลดอาการปวดข้อ
2. ป้องกันข้อติดและข้ออักเสบ



อาการทางตา

ที่สามารถพบได้ในโรค JIA คืออะไร?

ม่านตาอักเสบ ทำให้ตามองไม่ชัด
อาจมีตาแดงหรือไม่แดงก็ได้ ไม่มีขี้ตา

ยาที่ใช้ใน
การรักษา
มีอะไรบ้าง?

1

ยาต้านการอักเสบ

เช่น นาพรอกเซน (naproxen), อินโดเมทาซิน (indomethacin) และ ไบบูโพรเฟน (ibuprofen) ยาเหล่านี้ช่วยลดการอักเสบและลดอาการปวด บวม แต่อาจเกิดอาการข้างเคียง เช่น ปวดท้อง จุกจิกกับหลังอาหารทันที และเนื่องจากยาขับออกทางไตจึงต้องดื่มน้ำเยอะๆ หากมีภาวะขาดน้ำ เช่น ท้องเสีย อาเจียน ให้หยุดยา



2

การฉีดยาเข้าข้อ

ยาที่ใช้ฉีดคือ ยาในกลุ่มสเตียรอยด์ (steroid) ซึ่งจะช่วยลดการอักเสบได้เร็ว ยาจะออกฤทธิ์ได้นานประมาณ 1-3 เดือน การฉีดยาเข้าข้อเป็นการรักษาที่ใช้เสริมร่วมกับการรักษาอื่นๆ หลังฉีดยาเข้าข้อให้พักการใช้ข้อนั้นอย่างน้อย 24 ชม.

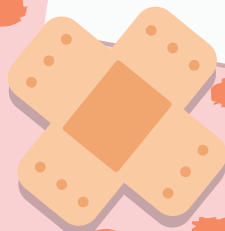


เพรดนิโซโลน

3

ยาสเตียรอยด์ (Steroids)

เป็นยาออกฤทธิ์ที่เร็วที่สุดที่ได้ผลดีในผู้ป่วย JIA โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีปวดข้อร่วมกับไข้ ผลข้างเคียงที่พบบ่อย คือ อายากอาหารบ่อย ทำให้อ้วน กระดูกบาง ติดเชื้อง่าย การหยุดยาเองอาจอันตรายถึงแก่ชีวิต ดังนั้นควรใช้อย่างสม่ำเสมอ



4

ยากดภูมิคุ้มกัน (DMARDs)

ยานี้จะช่วยลดการอักเสบของข้อและควบคุมโรค ยาจะออกฤทธิ์ช้า จำเป็นต้องใช้อย่างสม่ำเสมอ ยากลุ่มนี้ ได้แก่

- เมโทเทรกเซต (methotrexate) ผลข้างเคียงที่พบบ่อย คือ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดมวนท้อง และมีผลต่อตับ ทำให้ตับอักเสบได้ จึงต้องมีการติดตามผลเลือดการทำงานของตับเป็นระยะ การให้วิตามินบีโฟลิก ร่วมด้วย จะช่วยลดอาการตับอักเสบจากยาเมโทเทรกเซตได้ ดังนั้นต้องกินวิตามินบีโฟลิก อย่างสม่ำเสมอ
- ซัลฟาซาลาซีน (sulfasalazine) ผลข้างเคียงที่พบบ่อย คือ คลื่นไส้ อาเจียน และมีผลต่อตับ แต่ไม่รุนแรงเท่ากับยาเมโทเทรกเซต



การดูแลตัวเอง

เมื่อเป็นโรค JIA ทำได้อย่างไรบ้าง?

- ✓ การออกกำลังกาย มีความสำคัญในการทำให้อวัยวะกล้ามเนื้อและกระดูกแข็งแรง แนะนำการออกกำลังกายที่ไม่ลงน้ำหนักมากนัก ได้แก่ การว่ายน้ำ การปั่นจักรยาน
- ✓ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย 6-8 ชั่วโมงต่อวัน
- ✓ กินอาหารให้ครบ 5 หมู่ กินอาหารที่มีแคลเซียม เช่น นม ไข่ ปลา กล้วย ฝรั่ง ฝรั่งพอง
- ✓ ให้ใส่หน้ากากอนามัยเมื่อเข้าสู่ที่ชุมชน ไม่ใกล้ชิดผู้ป่วยโรคทางเดินหายใจหรือโรคติดต่อต่างๆ และล้างมือบ่อยๆ สามารถไปโรงเรียนได้ตามปกติ
- ✓ ห้ามฉีดวัคซีนชนิดเชื้อเป็นขณะที่กินยากดภูมิคุ้มกันเด็ดขาด (ได้แก่ หัดเยอรมัน คางทูม) เนื่องจากจะทำให้เกิดโรคจากวัคซีน แต่ควรฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปีและสำหรับวัคซีนชนิดอื่น ควรอยู่ภายใต้คำแนะนำของแพทย์
- ✓ กินยาสมาเสมอตามแพทย์สั่งและต้องมาพบแพทย์ตามนัด ห้ามปรับเพิ่มหรือลดยาเองเพราะอาจทำให้อันตรายถึงแก่ชีวิต

