

جرعة منخفضة من ميثوتريكسات لالتهاب المفاصل الروماتويدي والتهاب المفاصل الصدفي

التهاب المفاصل الروماتويدي (RA) والتهاب المفاصل الصدفي (PsA) هي حالات طويلة الأمد حيث يهاجم جهاز المناعة في الجسم عن طريق الخطأ الأنسجة السليمة مثل المفاصل والجلد. وهذا يسبب التهاباً يؤدي إلى أعراض مثل آلام المفاصل وتورمها.

استخدموا خطة العلاج هذه لمناقشة الميثوتريكسات مع اختصاصي الروماتيزم الخاص بكم والتخطيط لأفضل طريقة لتناول دواءكم.

الميثوتريكسات هو دواء موصى به لتعديل المرض من أجل RA و PsA



يعمل الميثوتريكسات على السيطرة على المرض

لا يكتفي الميثوتريكسات بمنع الألم والأعراض الأخرى لمرض التهاب المفاصل الروماتويدي والتهاب المفاصل الصدفي، بل يقطع نشاط جهاز المناعة ويبطئ المرض ويقلل الالتهاب.

يمكن للعلاج المبكر بالميثوتريكسات (في غضون 3 أشهر من ظهور الأعراض) أن:

- ◀ يوقف المرض من التفاقم
- ◀ يقلل من فرصة تلف المفاصل على المدى الطويل الناجم عن الالتهاب غير المسيطر عليه
- ◀ يحسن الأعراض مثل آلام المفاصل وتورمها وتيبسها.

Methotrexate

- ◀ يسمى الدواء المضاد للروماتيزم المعدل للمرض. قد تسمعون أيضاً أنه يُسمى DMARD للاختصار.
- ◀ عادة ما يتم تناوله كقرص، ولكن يمكن أيضاً أن يكون حقنة.
- ◀ يستغرق وقتاً للعمل - قد لا تشعروا بالتحسن لمدة 6-12 أسبوعاً.
- ◀ يُستخدم أيضاً في حالة الصدفية الجلدية المرتبطة بـ PsA.

التركيز على الحقائق

يمكن أن تكون الخرافات حول الميثوتريكسات عوائق أمام العلاج. تساعد معرفة الحقائق الأشخاص على الالتزام بعلاجهم وتحسين النتائج.

حقيقة	حقيقة	حقيقة	حقيقة
يمكن للأشخاص الذين يتناولون الميثوتريكسات لعلاج RA و PsA إجراء اتصال جسدي بأمان مع النساء الحوامل.	يمكن إعطاء حقن الميثوتريكسات بأمان ذاتياً.	يمكن تناول الميثوتريكسات بأمان مع مضادات الالتهاب غير الستيرويدية (NSAIDs).	الميثوتريكسات آمن وفعال بجرعات منخفضة لمرض RA و PsA لا يُعتبر علاجاً كيميائياً عند هذه الجرعات.
خرافة	خرافة	خرافة	خرافة
لا يمكن أن يكون الأشخاص الذين يتناولون الميثوتريكسات بالقرب من النساء الحوامل.	يعتبر الحقن الذاتي للميثوتريكسات غير آمن.	لا ينبغي أن تؤخذ الميثوتريكسات جنباً إلى جنب مع NSAIDs.	تُعد الجرعات المنخفضة من الميثوتريكسات علاجاً كيميائياً.

الرعاية المستمرة

اختبارات الدم

تُستخدم اختبارات الدم المنتظمة للتحقق من فعالية العلاج ومراقبة الآثار الجانبية، وقياس وظائف الكلى والكبد، وإجراء تعداد كامل للدم. وبمرور الوقت، تقل الحاجة إلى هذه الاختبارات.

المراجعة السريرية

استمروا في المراجعات المنتظمة لمرض كرون. عدد المرات يعتمد على مدى نشاط المرض.

التطعيمات

حافظوا على أخذ لقاحات المكورات الرئوية (pneumococcus) والإنفلونزا بموعدها.

حالات أخرى

ستتم مراقبة صحتكم بالنسبة لأمراض القلب وهشاشة العظام وسرطان الجلد، حيث تزداد مخاطر الإصابة بهذه الأمراض مع RA و PsA. يوصى بإجراء فحوصات جلدية سنوية.

الصحة الانجابية

يجب عليكم طلب مشورة من اختصاصي إذا كنتم تخططون لإنجاب أطفال. يجب على النساء استخدام وسائل منع الحمل أثناء تناول الميثوتريكسات، والتوقف عن استخدام الميثوتريكسات قبل التخطيط للحمل بثلاثة أشهر، وتجنب الرضاعة الطبيعية أثناء تناول الميثوتريكسات.

تناول جرعة منخفضة من ميثوتريكسات

شاركوا خطة العلاج هذه مع فريق الرعاية الصحية الخاص بكم لمساعدتكم في تحقيق أهدافكم العلاجية.

متى اتصل بطبيبي

بشكل عاجل

إذا أصبت بأي التهابات جديدة. تشمل علامات الالتهاب الحمى والاحمرار أو الألم في الجلد أو جروح. إذا عانيت من صعوبات في التنفس و/أو سعال جاف.

في أسرع وقت ممكن

إذا كنت أعاني من نوبة تهيج. في غضون ذلك، سأبدأ خطة عمل متعلقة بالتهيج خاصة بي.

nps.org.au/bdmards/rheumatological-conditions

بانتظام

تحديد مواعيد للاختبارات الروتينية لمراقبة مرضي وأدويتي. التأكد من أنني أحصل على لقاحاتي بموعدها وأطلب المشورة بشأن لقاحات السفر. إذا كنت أتناول أدوية أخرى أو أخطط لأخذها، بما في ذلك الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية والأدوية العشبية والعلاج الطبيعي.

معلومات إضافية

Arthritis Australia (arthritisaustralia.com.au) (myRA.org.au)

معلومات للمرضى للجمعية الأسترالية لأمراض الروماتيزم (rheumatology.org.au)

ميثوتريكسات

الحقن الذاتي بجرعة منخفضة من الميثوتريكسات

فيديو عن كيفية حقن الميثوتريكسات بأمان

NPS MedicineWise (nps.org.au/managing-ra)

قوموا بتنزيل تطبيق **MedicineWise app** لتتبع أدويتكم والوصول إلى المعلومات الصحية مثل نتائج فحص الدم. (medicinewiseapp.com.au)

رقم خط NPS Medicines: 1300 633 424



متى أتناول أدويتي

الجرعة ملغ	يوم الأسبوع	متى	ميثوتريكسات
		مرة في الأسبوع	حمض الفوليك يمكن أن يساعد تناول حمض الفوليك في تقليل الآثار الجانبية للميثوتريكسات
		في أيام مختلفة من الأسبوع من الميثوتريكسات	

الموعد التالي للمراجعة:

الأدوية الأخرى التي أتناولها لعلاج RA أو PsA

- أدوية DMARDs* الأخرى
- الستيرويدات (على سبيل المثال، بريدنيزون)
- الأدوية المضادة للالتهابات
- مسكنات الألم
- أخرى
- ملاحظات/مشورة

* الأدوية المضادة للروماتيزم المعدلة للأمراض، بما في ذلك الأدوية البيولوجية والأدوية المستهدفة

الآثار الجانبية للميثوتريكسات

مثل جميع الأدوية، قد يسبب الميثوتريكسات آثارًا جانبية.

تشمل الآثار الجانبية الأكثر شيوعًا:

الغثيان والقيء والإسهال

قرحة الفم

زيادة حساسية الجلد للشمس.

التعب والصداع والشعور بالارتباك.

تحدثوا إلى طبيبك إذا كنتم قلقين. يمكن تقليل الآثار الجانبية عن طريق تناول الميثوتريكسات مع الطعام أو في المساء.

+ قطاع الرعاية الصحية

مساعدة المستهلكين والمهنيين الصحيين على اتخاذ قرارات علاجية آمنة وحكيمة بشأن الأدوية المضادة للروماتيزم المعدلة للأمراض البيولوجية (bDMARDs) والأدوية المتخصصة الأخرى. بتمويل من دائرة الصحة بالحكومة الأسترالية من خلال منحة برنامج القيمة في وصف bDMARDs.