

Πρότυπα περίθαλψης (ΠΠ) για ανθρώπους με ρευματοειδή αρθρίτιδα	
Μετάφραση σε:	
Ολοκληρώθηκε από:	
Email:	
ΠΠ 1	Οι άνθρωποι με συμπτώματα ρευματοειδούς αρθρίτιδας (ΡΑ) θα πρέπει να έχουν έγκαιρη πρόσβαση σε κλινικό γιατρό/επαγγελματία του τομέα υγείας που μπορεί να θέσει τη (διαφορική) διάγνωση (εντός 6 εβδομάδων σύμφωνα με τις συστάσεις του ευρωπαϊκού συνδέσμου ενάντια στις ρευματοπάθειες (EULAR)).
ΠΠ 2	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να λαμβάνουν σχετικές πληροφορίες και εκπαίδευση σχετικά με: <ul style="list-style-type: none"> • τη νόσο από την οποία πάσχουν, • την αντιμετώπισή της, • όλες τις πτυχές της «συμβίωσης» και της αντιμετώπισης της ΡΑ εντύπως και σε μορφή κατάλληλη και προσαρμοσμένη στο κάθε άτομο εγκαίρως ανάλογα με τις ανάγκες του.
ΠΠ 3	Για κάθε άνθρωπο με ΡΑ θα πρέπει να καταρτίζεται πρόγραμμα θεραπείας σε ατομική βάση μεταξύ του ίδιου και του κλινικού γιατρού του σε κάθε επίσκεψη.
ΠΠ 4	Κατά την έναρξη κάθε θεραπείας ειδικής για τη νόσο, οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να έχουν ενημερωθεί πλήρως σχετικά με τα αναμενόμενα οφέλη και τυχόν δυνητικούς κινδύνους και θα πρέπει να έχουν αξιολογηθεί πλήρως και ως προς την κλινική τους κατάσταση και ως προς πτυχές ασφάλειας.
ΠΠ 5	Κατά τη διάγνωση της ΡΑ, θα πρέπει να αξιολογούνται πλήρως τα συμπτώματα, η δραστηριότητα της νόσου, οι βλάβες, η

Πρότυπα περίθαλψης για ανθρώπους με ρευματοειδή αρθρίτιδα - Μετάφραση

	συννοσηρότητα και η λειτουργικότητα των ατόμων· αυτές οι αξιολογήσεις θα πρέπει να γίνονται σε ετήσια βάση· εάν δεν επιτυγχάνονται οι στόχοι, θα πρέπει να διενεργείται κλινική αξιολόγηση τουλάχιστον ανά 3 μήνες (όλες οι κλινικές μεταβλητές) και ενδεχομένως συχνότερα έπειτα από σημαντική επιδείνωση.
ΠΠ 6	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να έχουν ταχεία πρόσβαση σε περίθαλψη όταν εμφανίζουν σοβαρή επιδείνωση της νόσου.
ΠΠ 7	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να λαμβάνουν τροποποιητική της νόσου αντιρρευματική αγωγή μόλις τίθεται η διάγνωση.
ΠΠ 8	Εάν δεν επιτυγχάνεται ο στόχος της χαμηλής δραστηριότητας ή της ύφεσης της νόσου μέσω της χρήσης τροποποιητικού της νόσου αντιρρευματικού φαρμάκου (DMARD) (συνήθως μεθοτρεξάτης), η θεραπεία θα πρέπει να αξιολογείται τουλάχιστον κάθε 3 μήνες.
ΠΠ 9	Θα πρέπει να αξιολογείται ο πόνος των ανθρώπων με ΡΑ και θα πρέπει να εξετάζεται η ανακούφιση του πόνου που συνδέεται με τη ΡΑ.
ΠΠ 10	Οι άνθρωποι με ΡΑ με προβλήματα στις αρθρώσεις που επιμένουν παρά την πλέον προηγμένη φαρμακευτική (συμπεριλαμβανομένης της ενδοαρθρικής) και μη φαρμακευτική θεραπεία θα πρέπει να αξιολογούνται από ορθοπεδικό χειρουργό εντός 3 μηνών εάν διαπιστώνεται βλάβη στις αρθρώσεις/προβλήματα των μαλακών μορίων που μπορούν ενδεχομένως να αντιμετωπιστούν χειρουργικά.
ΠΠ 11	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να έχουν πρόσβαση σε επιστημονικά τεκμηριωμένη φαρμακευτική και μη φαρμακευτική θεραπεία.
ΠΠ 12	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να έχουν πρόσβαση σε εξειδικευμένο επαγγελματία του τομέα υγείας για να αξιολογηθούν, να λάβουν συμβουλές και να ενημερωθούν για όλα τα ζητήματα που σχετίζονται με τη νόσο τους.

Πρότυπα περίθαλψης για ανθρώπους με ρευματοειδή αρθρίτιδα - Μετάφραση

ΠΠ 13	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να κατανοήσουν τα οφέλη των ασκήσεων και της σωματικής δραστηριότητας και θα πρέπει να ενημερωθούν σχετικά με τις κατάλληλες ασκήσεις.
ΠΠ 14	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να λαμβάνουν πληροφορίες, συμβουλές και εκπαίδευση σχετικά με την προστασία των αρθρώσεων και τις εργονομικές αρχές, καθώς και σχετικά με μεθόδους που βασίζονται στη σωματική δραστηριότητα για την ενίσχυση της λειτουργικότητάς τους στην καθημερινή ζωή και της συμμετοχής τους σε κοινωνικούς ρόλους. Θα πρέπει να λαμβάνουν πληροφορίες, συμβουλές και εκπαίδευση σχετικά με νάρθηκες, βοηθήματα, συσκευές και άλλα προϊόντα για προσαρμογές του περιβάλλοντός τους.
ΠΠ 15	Οι άνθρωποι με ΡΑ θα πρέπει να λαμβάνουν πληροφορίες και συμβουλές σχετικά με: <ul style="list-style-type: none"> • τα χαρακτηριστικά ενός υγιεινού τρόπου ζωής (όπως διακοπή κάθε είδους χρήσης καπνού, ισορροπημένη κατανάλωση αλκοόλ, σωματική δραστηριότητα, υγιεινή διατροφή, αντιμετώπιση των διαταραχών ύπνου εάν κρίνεται απαραίτητο)· • την πρόληψη ατυχημάτων και τραυματισμών· • ομάδες υποστήριξης και οργανώσεις ασθενών· • πότε πρέπει να εξετάζεται το ενδεχόμενο χειρουργικής επέμβασης· • πρόσθετες θεραπευτικές επιλογές που μπορούν να αποδειχθούν χρήσιμες για ορισμένους ασθενείς.
ΠΠ 16	Οι άνθρωποι με ΡΑ που επιθυμούν να δοκιμάσουν εναλλακτικές θεραπείες που θεωρούνται από ορισμένους ευεργετικές για τα συμπτώματά τους θα πρέπει να ενημερώνονται για τα περιορισμένα αποδεικτικά στοιχεία.

Πρότυπα περίθαλψης για ανθρώπους με ρευματοειδή αρθρίτιδα - Μετάφραση

Τι σημαίνει αυτό για εσάς και τη ρευματοειδή αρθρίτιδα από την οποία πάσχετε...	
1	Έλαβα διάγνωση για ΡΑ από ειδικευμένο επαγγελματία του τομέα υγείας εντός 6 εβδομάδων από την έναρξη των συμπτωμάτων;
	;
2	Κατανοώ τη νόσο μου, τον ρόλο μου στην αντιμετώπισή της και τον ρόλο των επαγγελματιών του τομέα υγείας; Μου παρασχέθηκε ενημέρωση διαφόρων μορφών και/ή εκπαίδευση σχετικά με την ασθένειά μου; Μου παρασχέθηκε ενημέρωση και/ή εκπαίδευση σχετικά με τις θεραπείες, τα οφέλη και τους κινδύνους τους; Μου παρασχέθηκε ενημέρωση και εκπαίδευση σχετική με τις ανάγκες μου, π.χ. αντιμετώπιση του πόνου/των εξάρσεων, ανεπιθύμητες ενέργειες φαρμάκων; Μου δόθηκαν πληροφορίες και τα στοιχεία επικοινωνίας ομάδων υποστήριξης και οργανώσεων ασθενών που θεωρούνται έμπιστες πηγές τεκμηριωμένης ενημέρωσης;
3	Έλαβα πρόγραμμα θεραπείας το οποίο να περιλαμβάνει επεξηγήσεις για την αντιμετώπιση της νόσου μου, τους αναμενόμενους στόχους και εκβάσεις, καθώς και σημαντικά στοιχεία επικοινωνίας;
4	Ενημερώθηκα σχετικά με τα αναμενόμενα οφέλη και τους πιθανούς κινδύνους της θεραπείας; Αξιολογήθηκε η κλινική κατάσταση και η ασφάλειά μου πριν από την έναρξη της θεραπείας; Ενημερώθηκα σχετικά με τον εμβολιασμό;
5	Μου δόθηκε πρόγραμμα τακτικών αξιολογήσεων της νόσου μου - των συμπτωμάτων, της δραστηριότητας της νόσου και όσων μπορώ να κάνω;
6	Ενημερώθηκα για το πότε, πώς και με ποιον μπορώ να επικοινωνήσω σε περίπτωση επιδείνωση της νόσου;
7	Λαμβάνω αντιρρευματικό φάρμακο τροποποιητικό της νόσου; Εάν όχι, κατανοώ γιατί δεν το λαμβάνω;

Πρότυπα περίθαλψης για ανθρώπους με ρευματοειδή αρθρίτιδα - Μετάφραση

8	Εάν ο στόχος μου για χαμηλή δραστηριότητα ή ύφεση της νόσου δεν επιτυγχάνεται, επαναξιολογείται η θεραπεία μου τουλάχιστον κάθε 3 μήνες;
9	Γνωρίζω πώς να ελέγχω τον πόνο που συνδέεται με τη ΡΑ;
10	Έχω ενημερωθεί για την επιλογή της χειρουργικής επέμβασης και μου έχουν εξηγήσει τα οφέλη και τους κινδύνους της;
11	Έχω πρόσβαση σε φαρμακευτικές και μη φαρμακευτικές θεραπείες ανάλογα με τις κλινικές ανάγκες μου;
12	Έχω την ευκαιρία να λάβω υποστήριξη, εάν χρειαστεί, από επαγγελματίες του τομέα υγείας όπως ρευματολόγο, διατροφολόγο, γιατρό γενικής ιατρικής, εργασιοθεραπευτή, φυσικοθεραπευτή, ψυχολόγο και κοινωνικό λειτουργό; Μου δόθηκαν πληροφορίες σχετικά με το πώς, πότε και γιατί πρέπει να επικοινωνήσω με τα διάφορα μέλη της πολυεπιστημονικής ομάδας το συντομότερο δυνατό αφού διαγνωστεί ότι πάσχω από ΡΑ;
13	Έχω ενημερωθεί σχετικά με συγκεκριμένη σωματική δραστηριότητα και ειδικές ασκήσεις για την κατάστασή μου;
14	Έχω ενημερωθεί και, εάν κρίθηκε απαραίτητο, μου δόθηκαν συμβουλές και έλαβα εκπαίδευση σχετικά με βοηθήματα, συσκευές και εργονομικές αρχές για τη βελτίωση της λειτουργικότητάς μου στην καθημερινή ζωή και της συμμετοχής μου σε κοινωνικούς ρόλους;
15	Έχω ενημερωθεί σχετικά με το τι συνιστά έναν υγιεινό τρόπο ζωής; Έχω ενημερωθεί για τις εναλλακτικές θεραπείες και τα περιορισμένα διαθέσιμα αποδεικτικά στοιχεία τους;