

Sommario

Prefazione (di Oscar Massimiliano Epis)	VII
Introduzione Storia dell'Artrite Reumatoide (di Michel Chevallard).....	IX
Capitolo 1 Artrite Reumatoide: clinica e diagnosi (di Antonella Adinolfi)	1
Clinica	1
Come esordisce l'Artrite Reumatoide?	1
Sedi articolari colpite.....	2
Caratteristiche cliniche.....	4
Manifestazioni extrarticolari	7
Diagnosi.....	7
Diagnosi: quali sono i principali aspetti clinici?.....	10
Diagnosi: esami di laboratorio	11
Diagnosi: esami di Imaging.....	12
Bibliografia	13
Capitolo 2 Principi generali della terapia dell'Artrite Reumatoide (di Maria di Cicco).....	15
Farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS)	17
Glucocorticoidi (GC)	18
Conventional synthetic Disease-Modifying Antirheumatic Drugs (csDMARD).....	19
Methotrexate (MTX)	20
Leflunomide (LEF)	22

Sulfasalazina (SSZ)	22
Idrossiclorochina (HCQ)	23
Bibliografia	24
Capitolo 3 Farmaci biologici e le “piccole molecole”	
per l'Artrite Reumatoide (di Nicola Ughi)	27
I farmaci biologici.....	28
I biosimilari.....	29
Le “piccole molecole”	31
Quali i farmaci più efficaci e più sicuri?.....	31
Pianificazione familiare e farmaci nella paziente e nel paziente con Artrite Reumatoide	33
Capitolo 4 L'impatto psicologico dell'Artrite Reumatoide nei pazienti e loro famigliari (di Monica Barichello, Jenny Ferizoviku, Umberto Mazza).....	
Resilienza e reazioni emotive.....	37
Coinvolgimento dei famigliari nella gestione dell'AR.....	41
Caregiver e aspetti psicologici	46
Aderenza al trattamento.....	46
Coping e strategie psicologiche per fronteggiare la malattia	52
Attività fisica e pratiche di rilassamento.....	60
Pratiche di rilassamento con punto di partenza a livello mentale	60
Tecniche di rilassamento con punto di partenza a livello fisico, muscolare	62
Conclusioni	71
Bibliografia	72
Capitolo 5 Artrite Reumatoide: alimentazione	
(di Ettore Corradi, Nicoletta Guanziroli, Marina Cattaneo)	73
Take home message	80
Esempio di giornata alimentare 1600 kcal/die.....	81
Prima colazione.....	81
Spuntino	81
Pranzo.....	81
Spuntino	81
Cena.....	81
Frequenza 2° piatto	82
Esempi di possibili ricette	83

Esempio di giornata alimentare 1800 kcal/die.....	85
Prima colazione.....	85
Spuntino	85
Pranzo.....	85
Spuntino	85
Cena.....	85
Frequenza 2° piatto	86
Esempi di ricette.....	87
Bibliografia	89
Capitolo 6 La fisioterapia nell'Artrite Reumatoide (di Tiziana Nava).....	91
Ruolo della fisioterapia e riabilitazione.....	91
Segni e sintomi	92
Trattamento nella fase acuta	92
Terapie fisiche.....	93
Linfodrenaggio.....	93
Taping e bendaggio funzionale	94
Ortesi	95
Pompage e mobilizzazioni articolari	95
Esercizi domiciliari.....	95
Trattamento della fase cronica.....	103
Terapie fisiche.....	104
Mobilizzazioni articolari	104
Tutori e ausili.....	104
Indicazioni utili per l'esecuzione degli esercizi.....	107
Miglioramento dell'autonomia nella vita quotidiana	107
Esercizio fisico.....	109
Esemplificazioni	111
Conclusioni	117
Indicazioni	118
Bibliografia	119
Capitolo 7 Economia articolare e la terapia occupazionale nell'Artrite Reumatoide (di Bianca Maria Petrucci).....	121
L'intervento della terapia occupazionale	121
Funzione della mano.....	123

La prensione e le prese della mano	124
Il polso	127
La protezione articolare	128
Influenza dei movimenti funzionali durante le attività	128
Principi e strategie della protezione articolare.....	130
Evitare posizioni di deformità o di stress articolare e muscolare.....	132
Usare ogni articolazione sul suo piano più funzionale e anatomico	134
Usare le articolazioni più forti per le attività giornaliere.....	136
Evitare l'uso di muscoli e articolazioni portanti in una medesima posizione per un lungo periodo o evitare di tenere a lungo la stessa posizione articolare.....	137
Non iniziare mai un'attività che non possa essere interrotta in qualsiasi momento se risultasse troppo faticosa.....	139
Rispetto del dolore	140
La conservazione dell'energia	141
La gestione della fatica	143
La rigidità.....	144
Self management.....	144
Pianificare le azioni	147
Le attività di vita quotidiana	151
Alimentazione	152
Abbigliamento.....	157
Scarpe e calze.....	160
Toilette e igiene	161
Bagno.....	164
Doccia	166
Uso del WC.....	168
Igiene intima.....	169
Portare e trasportare le cose.....	169
Ambiente domestico: ausili e adattamenti domestici	172
Cucina, cucinare e attività domestiche.....	174
Le attività domestiche.....	180
Bibliografia	182
Sitografia.....	182