



NIVELREUMA PUHEEKSI!

Nivelreuma on etenevä pitkäaikaissairaus, joka voi hoitamattomana vaikuttaa arkeen monin tavoin. Suuri osa sairastavista voi kuitenkin saavuttaa remission eli oireettomuuden tavoitteellisten hoitojen avulla.

Kysyimme nivelreumaa sairastavilta kokemuksia sairaudesta ja sairauden vaikutuksista elämään.¹

REMISSIO ELI OIREETTOMUUS:

84 %

Lähes kaikki tutkimukseen vastanneet kertoivat tuntevansa remission määritelmän.

Näin vastaajat kuvailivat remissiota:

“Voin elää normaalia elämää”



“Minulla ei ole kipuja”

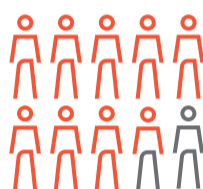
“Voin liikkua”

“Nukun hyvin”

“Voin käydä töissä, opiskella ja harrastaa”

SAIRAUDEN VAIKUTUS ELÄMÄÄN:

85 %



85 % kyselyyn vastanneista koki nivelreuman rajoittavan toimintakykyä. Vastaajat kertoivat sairauden vaikuttavan toimintakykyyn seuraavasti:

Liikkumisen vaikeutuminen



Kipu ja väsymys



Normaalin arjen viettäminen



HOITOSUUNNITELMA JA OMAVOINNIN SEURANTA:

32 %

Joka kolmas koki, että hänelle on tehty hoitosuunnitelma



41 %

Neljä kymmenestä piti voinnistaan oirepäiväkirjaa



HYVÄ HOITOSUUNNITELMA SISÄLTÄÄ KONKRETIAA:



Hoidon tavoitteet

- oirekuva
- toimintakyky ja elämänlaatu



Hoidon toteutus

- lääkemääräys
- potilasasiakirja, esim. lausunto
- suunnitelma hoidon seuraavista vaiheista



Hoidon arviointi ja seuranta

- omavoinnin arviointi
- ammattilaisen arviointi
- suunnitelma seuraavista käynneistä

Remission saavuttamisella ja ylläpitämisellä voidaan estää nivelreuman etenemistä, mikä parantaa elämänlaatua sekä työ- ja toimintakykyä.² Sairauden aaltoileva kulku vaatii seurantaa ja siksi vuoropuhelu hoitavan tahon kanssa on tärkeää. Sinä olet elämäsi paras asiantuntija – ole avoin ja rohkea, ota voitisi puheeksi.

Täältä käytännönläheisiä vinkkejä seuraavaan keskusteluusi lääkärisi kanssa:

NIVELREUMAPUHEEKSI.FI

1 Kyselytutkimus toteutettiin yhteistyössä Reumaliiton, AbbVien ja Success Clinicin kanssa 7.5.–20.8.2020 välisenä aikana. Kyselyyn vastasi 808 henkilöä. 2 Nivelreuma. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecim, ja Suomen Reumatologisen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2015 (viitattu 28.10.2020). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi