



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM  
ÁLTALÁNOS ORVOSTUDOMÁNYI KAR

# Rheumatologiai fizioterápia

**Mayer Petra**

Gyógytornász

PTE, ÁOK, Sportmedicina Tanszék

Pécs, 2026.02.09.

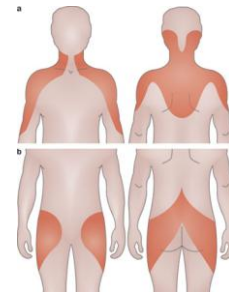


# Betegvizsgálat a reumatológiában

- Anamnesis
- Inspectio
- Palpatio
- Mozgás analysis
- Labor tesztek
- Műszeres vizsgálat
- Betegség specifikus skálák használata (életminőség, önellátás kérdőív)

# Systemás autoimmun betegségek

- rheumatoid arthritis,
- systemic lupus erythematosus,
- Sjogren's syndrome,
- dermatomyositis and polymyositis,
- polymyalgia rheumatica,
- progressive systemás sclerosis – Scleroderma,
- Kevért kötőszöveti betegség,
- Juvenilis chronikus arthritis.



# Reumatoid arthritis (RA)

- Krónikus, szisztémás, autoimmun gyulladással járó betegség, mely főként az ízületeket (szimmetrikusan) érinti. Jellemző rá a proliferatív synovitis és sokszor jár az ízületek deformációjával, ankylosisával, de lehetnek a betegeknek extraartikuláris tünetek is.



# RA – Tünetek

- Fájdalom, mely mozgásra erősödik
- Gyulladás
- Nyomásérzékenység
- Reggeli ízületi merevség (> 1 óra)
- Mozgáskorlátozottság
- Bőr – reumás csomók



# RA – Kezelés gyógyszerekkel

## Cél: a gyulladás csökkentése

- betegségfolyást módosító reumaellenes szereket (angolul: disease-modifying antirheumatic drugs, DMARD) használnak, amelyek lassítják a betegség progresszióját. a kezelés báziszerei, az immunrendszer működését gátló gyógyszerek (immunszuppresszánsok):
- Steroidal anti-inflammatory drugs – másodlagos osteoporosisra hajlamosít
- Non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs)
- Biológiai terápia
- Kiegészítő gyógyszerek (fájdalom csillapítók, izomlazítók, vitaminok, stb.)

# RA – fizioterápiás kezelés céljai

- Ízületvédelem
- Fájdalomcsökkentés, gyulladáscsökkentés
- Diszfunkciók, kontraktúrák, deformitások megelőzése, kezelése
- ROM megtartása
- Izomerő megtartása
- Állóképesség, mozgékonyág fenntartása
- Helyes belső és külső kompenzációk kialakítása



# RA – Acut stádium

- Az érintett ízület immobilizációja
- Cryotherapia (kivéve bal váll,- acromion)
- Az ízület aktív, passzív mobilizálása
- Passzív mozgató axiális trakcióval kombinálva
- Korrekciós sínek – ha a beteg nem képes már aktív korrekcióra, de még nincs ankylosis
- Electrotherapia – interferencia és TENS kezelések
- Ízületvédelem:
  - Optimális testhelyzet munka és pihenés közben
  - Segédeszközök, ergonómikus módszerek
  - Ízületvédelem gyógytorna és edzés során
  - Ízületvédelem a mindennapi életben

# RA – Chronius stádium

- Hydrotherapia and subaquális torna
- Életvezetési tanácsok (ízület védelem!)
- Electrotherapiai kezelések (galván, diadynamikus, interferencia, iontophoresis, hydrogalván, UH kezelések)



# RA – TILOS!

- Előrehaladott állapotban passzív mozgató
- Járvékos mozgások fokozása
- Max. megnyújthatóság vizsgálata
- Ha ismert az instabilitás, akkor nem teszteljük a stabilitást
- Passzív, aktív mozgások fájdalomhatáron túl
- Passzív kontraktúranyújtás
- Tehermentesítés elhanyagolása



# RA – Csukló

- Korai stabilizáló sínek
- Speciális fáslizás
- Helyes fogás
- Helyes támaszkodás
- Torna – csukló alá szivacs!



A



B



# RA – Alkalmazható kérdőívek

- Rheumatoid and Arthritis Outcome Score – RAOS
- Health Assessment. Questionnaire Disability Index – HAQ





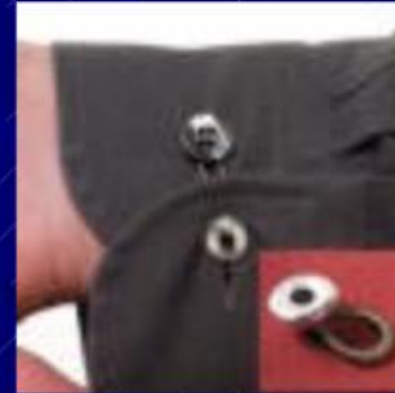
## Reumatoid arthritis (RA)



# Ötletek, életmódbeli tanácsok



# Ötletek, életmódbeli tanácsok





PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM  
ÁLTALÁNOS ORVOSTUDOMÁNYI KAR

# Köszönöm a figyelmet!

Potecho: PTE825

Pécs, 2026.02.09.