

Hva er SpondyloArtritt?

- Spondyloartritt (SpA) er en fellesbetegnelse for flere typer revmatiske sykdommer, hvorav den mest vanlige er axial SpA (tidligere ble kalt Bekhterevs sykdom).
- SpA er en revmatisk, inflammatorisk ryggsykdom som er forårsaket av betennelse i leddene i bekkenet, virvelsøylen og brystkassen.
- Det er ingen enkeltprøve som alene kan avgjøre om ryggplagene skyldes SpA. Diagnosen settes derfor etter en totalvurdering av flere faktorer, som sykehistorie, smerte, arvelighet, funn av vevstypen HLA-B27 og event funn på røntgen eller MR.
- SpA er en kronisk sykdom, men har et svingende forløp, med perioder der sykdommer er lite aktiv. Råd og veiledning fra lege og fysioterapeut er viktig.
- Den beste behandlingen for SpA er en kombinasjon av riktige medisiner, fysisk aktivitet, tilpasset trening og fysioterapi.
- Det er vist at trening kan bidra til å begrense symptomer og konsekvenser av SpA. Fysioterapeuten kan bidra med å tilpasse aktivitet og trening slik at du får optimalt utbytte.
- Du bør unngå å røyke. Det er vist at røyking er spesielt skadelig for de som har revmatisk sykdom