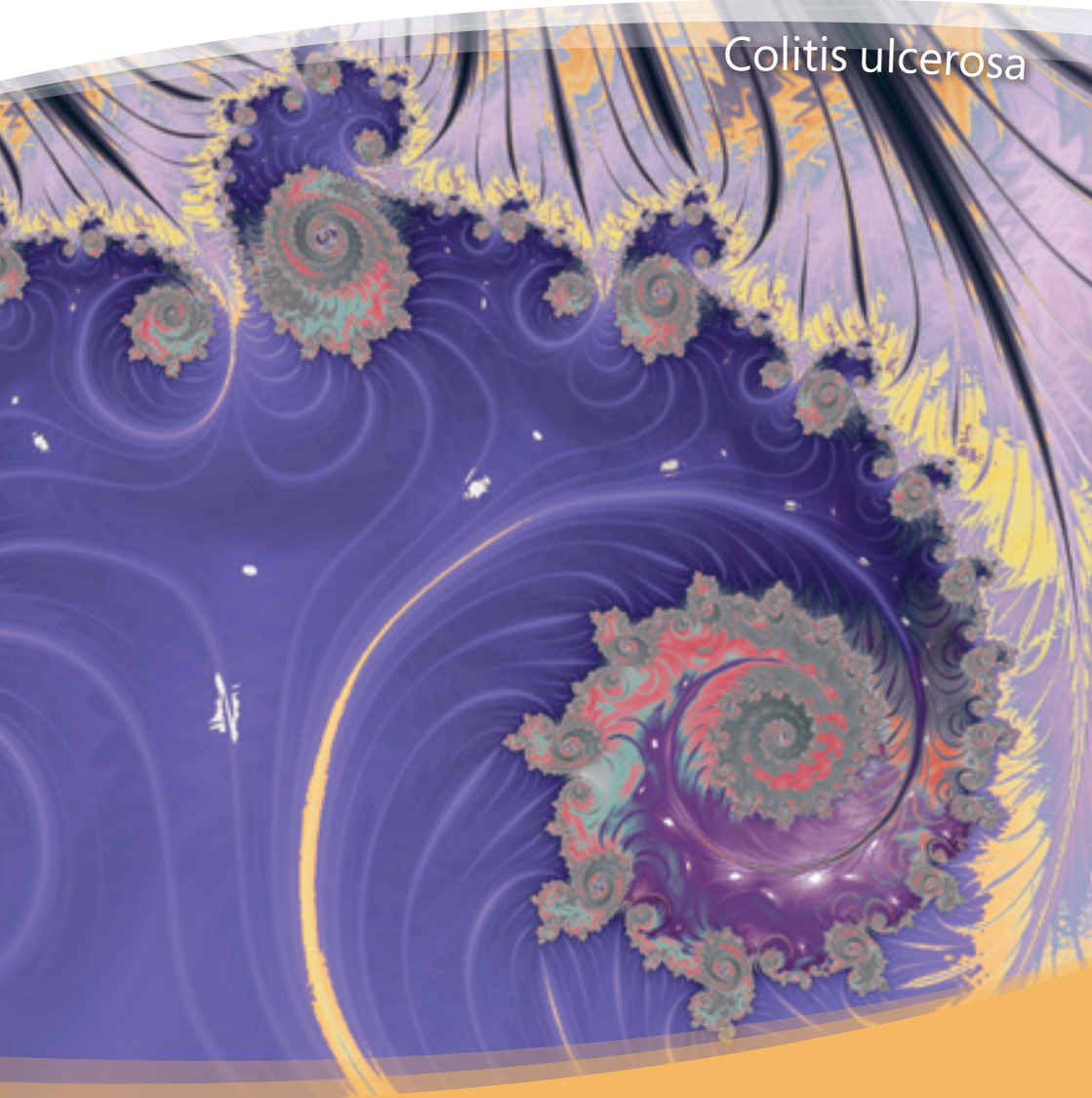


Hasta Bilgilendirmesi

Türkisch

Türkçe

Colitis ulcerosa



COLİTİS ULCEROSA

Kısaca

*Colitis ulcerosa Kronik İnflamatuvar
Bağırsak hastalıklarındandır (= İBH).*

COLİTİS ULCEROSA OLGULARI

- Çoğu zaman **15 - 30 yaşlar** arasında başlar.
- Kadınlarla erkekler **eşit derecede sık** hastalanırlar.
- **En sık belirti**, karın ağrısı ve şiddetli kramplar, sık ishal, dışkıda kan ve mukus.
- Çoğu zaman **alevlenmeler** şeklinde geçer: Şikayetli dönemler ve şikayetsiz dönemler görülür.
- Nedeni tam olarak bilinmiyor. Büyük olasılıkla, genetik yatkınlık, bağırsak florasına karşı artan immüno-lojik reaksiyon ve çevresel etkiler gibi **çeşitli faktörler** mevcut.
- Hastalık bulaşıcı değildir.

COLİTİS ULCEROSA İLE İLGİLİ SORULAR VE CEVAPLAR

Colitis ulcerosa nedir?¹

Colitis ulcerosa, kalınbağırsak iltihabıdır. Kroniktir, yani iyileştirilemez, ama tedavi edilebilir. Sıklıkla alevlenmeler şeklinde seyrederek, yani şikayetli dönemler ve şikayetsiz dönemler görülür. Colitis ulcerosa bir otoimmün hastalıktır.

Otoimmün hastalık nedir?²

Otoimmün hastalıklar, kronik olarak iltihaplı süreçlerdir. Dünyada nüfusun yakl. %5 - 8'i yaklaşık 80 - 100 farklı otoimmün hastalığa yakalanır. Kalp damar ve tümör hastalıklarından sonra en sık üçüncü hastalık grubunu oluştururlar.



Colitis ulcerosa hangi şikayetlere yol açabilir?¹

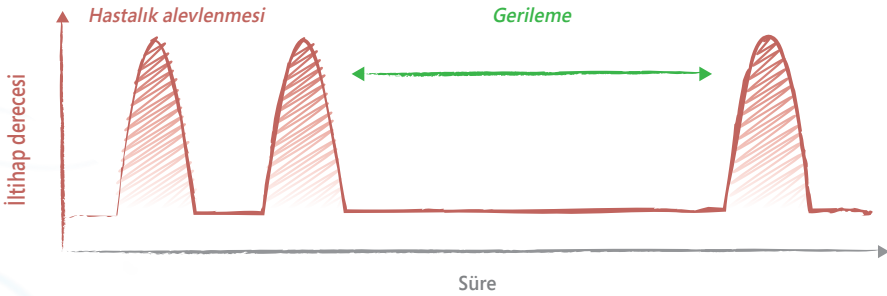
- İshal (kan ve mukuslu)
- Karın ağrısı
- Kilo kaybı
- Ateş
- Halsizlik
- Daha sık dışkı yapma
- Şiddetli dışkılama ihtiyacı

Colitis ulcerosa'ya hangi hastalıklar eşlik edebilir?

- Eklem iltihapları
- Ciltte değişiklikler
- Göz iltihapları
- Kemik yoğunluğunun azalması
- Karaciğer ve safra yollarında değişiklikler

Colitis ulcerosa nasıl seyreder?³

Colitis ulcerosa'nın özelliği hastalığın alevlenmeler şeklinde seyretmesidir. Bir alevlenme çok şiddetli olduğunda hastaneye yatış bile gerekli olabilir. Şikayetin olmadığı bir dönemde sıklıkla normal bir gündelik yaşam sürmek mümkündür. Gerileme sırasında kalınbağırsak mukusu iyileşir, semptomlar azalır.



Colitis ulcerosa tedavisinin amaçları nedir?⁴

- İltihaplı bağırsak mukusunun tamamen ve kalıcı olarak iyileşmesi (= gerileme).
- Günlük faaliyetlerin sorunsuz gerçekleştirilebildiği mümkün olduğunca uzun süreli şikayetsiz bir hayat.

Colitis ulcerosa için hangi tedavi imkanları vardır?^{4,5}

Colitis ulcerosa'nızın mümkün olduğunca erken tedavi edilmesi önemlidir. Doktorunuz bu sırada çeşitli ilaçlar dikkate alabilir, örneğin:

- **Aminosalisilatlar** (5-ASA preparatları da denir) iltihabı önleyebilirler.
- **Kortizon** alevlenmelerde kullanılabilir ve semptomları azaltabilir, ancak sürekli kullanılamamalıdır.
- **Biyofarmasötikler** cildin altına (= subkütan) veya doğrudan kan damarlarına (= intravenöz) verilebilen ilaçlardır. Bu şekilde hastalık mekanizması kesintiye uğratılır ve vücuttaki iltihap azalır.
- **İmmünsüpresifler** bağışıklık sisteminin reaksiyonunu engelleyerek hastalığın seyrini yavaşlatabilirler.

Ameliyat olmam gerekir mi?⁴

Colitis ulcerosa'da örneğin aşağıdaki vakalarda bir ameliyat gerekli olabilir:

- Komplikasyonların görülmesi
- Şiddetli hastalık seyri
- İlaçlar artık yeterli etki göstermediğinde

GÜNLÜK HAYATTAN ACİL SORULAR

Colitis ulcerosa kalıtsal mı?^{6,9}

Bir otoimmün hastalık geçirmeye dair genetik yatkınlık kalıtsaldır. Colitis ulcerosa hastalarında hastalık konusunda genetik yatkınlık sık görülür.

Çocuğum olabilir mi?⁷

Evet. Çocuk isteğınızı önce doktorunuzla görüşün ve jinekoloğunuza colitis ulcerosa olduğunuzu bildirin. Asla tedaviyi kendi başınıza bırakmayın.

Colitis ulcerosa bulaşıcı mı?⁸

Hayır.

Aşı olabilir miyim?

Evet – ilaçlara bağlı olarak. Süreci doktorunuzla görüşün.

Seyahat edebilir miyim?⁹

Evet. Nadir şikayetiniz varsa veya hiç yoksa (örn. alevlenmeler arasında) colitis ulcerosa olsanız da seyahat edebilirsiniz. Seyahat sırasında yanınıza almanız gereken ilaçları doktorunuzla görüşün. Hastalıkla seyahate dair ipuçları sağlayan bir seyahat broşürü isteyin.

Korku veya çaresizlik konusunda ne yapmalıyım?

Yalnız değilsiniz – birçok colitis ulcerosa hastası korkar, hatta depresyon geçirir. Bunu mutlaka doktorunuzla görüşün.

Hastalık kendiliğinden geçer mi?

Hayır. Colitis ulcerosa alevlenmeleri bulunan bir otoimmün hastalıktır. Çoğu zaman bir tedavi gerektirir, yoksa hastalık kötüleşir. Şikayet görülmeyen dönemler hastalığın kalıcı olarak iyileştiği anlamına gelmez.

Sigara içmek colitis ulcerosa'yı etkiler mi?¹⁰

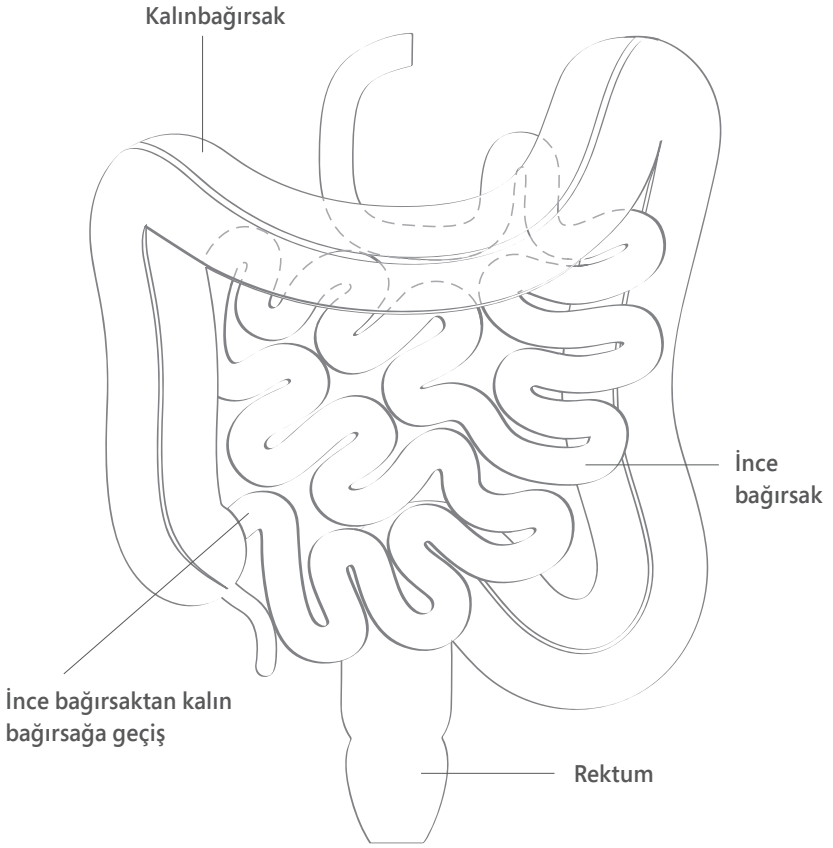
Sigara içmenin colitis ulcerosa seyri üzerinde bir etkisinin olmaması gerekir.¹¹ Ama sigara içmek birçok kanser hastalığı riskini artırır. Bu yüzden mutlaka sigarayı bırakmalısınız.

Colitis ulcerosa genel olarak beslenmemi ve sağlığı nasıl etkiler?^{3,4}

Lezzetli ve size iyi gelen her şeyi yiyeceğiniz. Sağlıklı ve dengeli karışık besinler, şikayet yaşanmayan dönemlerde genellikle iyi tolere edilir. Bir yemek size iyi gelmezse, ondan vazgeçin. Alevlenmeler yaşandığında beslenmenin ayarlanması gerekir; bunu doktorunuzla görüşün.

Hastalık seyrini olumlu etkilemek için kendim ne yapabilirim?³⁻⁵

- Sigara içiyorsanız, mutlaka bırakın. Sigarayı bırakma konusunda birçok teklif mevcut.
- Beslenirken doktorunuzun tavsiyelerine uyun.
- Stresten kaçınarak, spor yaparak ve dinlenme ve aktif zamanları dengeleyerek sağlıklı bir yaşam biçimi sürün.
- Düzenli olarak kontrol muayenelerine gidin – iyi olduğunuz dönemlerde de.



SÖZLÜKÇE

Colitis ulcerosa	ülser oluşumlu kalınbağırsak iltihabı.
<i>Colon</i>	Kalınbağırsak
<i>-itis</i>	bir kelimenin “-itis” ile bitmesi bir iltihabın bulunduğu anlamına gelir
<i>ulcerosa</i>	Latince “Ulcus” = yara kökenlidir
Fissür	ufak bir yırtık
Gerileme	Colitis ulcerosa’da → bağırsak mukusunun iyileşmesi
Stenoz	Daralma
Striktür	oldukça dar bir nokta (örn. bağırsakta)

Doktorunuz Colitis ulcerosa tedavinizdeki sonraki adımları belirlemeye yardım edebilir.

Colitis ulcerosa veya ilaçlı tedavi seçenekleri hakkında sorularınız varsa doktorunuzla en kısa sürede bir randevu ayarlayın.

Bu broşürdeki bilgiler, ilave açıklamalar da içeren şu kaynaklardan alınmıştır:

1. <https://www.dccv.de/betroffene-angehoerige/medizinische-grundlagen/was-ist-colitis-ulcerosa> (son erişim tarihi: 09.08.2021)
2. <https://www.imd-berlin.de/spezielle-kompetenzen/autoimmunshyerkrankungen.html> (son erişim tarihi: 16.08.2021)
3. <https://innovall.de/ratgeber/ced/colitis-ulcerosa> (son erişim tarihi: 16.08.2021)
4. <https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/verdauung/darmerkrankungen/ursachen-symptome> (son erişim tarihi: 29.07.2021)
5. <https://www.minimed.at/medizinische-themen/stoffwechsel-verdauung/colitis-ulcerosa> (son erişim tarihi: 10.08.2021)
6. Degenhardt et al.; Genetik des Morbus Crohn und der Colitis ulcerosa; Der Gastroenterologe DOI 10.1007/s11377-016-0127-z
7. <https://ced-kompass.at/dein-leben-mit-ced/partnerschaft/familienplanung> (son erişim tarihi: 10.08.2021)
8. <https://www.hilfefuermich.de/ist-colitis-ulcerosa-ansteckend> (son erişim tarihi: 16.08.2021)
9. <https://www.oemccv.at/krankheitsbilder-ced> (son erişim tarihi: 02.08.2021)
10. <https://www.ced-trotzdem-ich.de/unterstuetzung-erhalten/news/rauchen-mit-ced-morbus-crohn> (son erişim tarihi: 16.08.2021)
11. Blackwell et al.; The impact of smoking and smoking cessation on disease outcomes in ulcerative colitis: a nationwide population-based study; Aliment Pharmacol Ther. 2019;00:1–12

Kime başvurabilirim?

CED-Kompass – ÖMCCV'nin bir Hizmeti

İletişim: Mariannengasse 10/13, 1090 Wien, T: +43 1 946 26 71,

office@ced-kompass.at, www.ced-kompass.at

ÖMCCV (Österreichische Morbus Crohn – Colitis ulcerosa Vereinigung)

İletişim: www.oemccv.at, office@oemccv.at, T: +43 (0)1/333 06 33

Etki ve olası istenmeyen etkiler hakkında prospektüs, doktor veya eczacınızdan bilgi alabilirsiniz.

Destekleyenler:

ASTRO PHARMA ★
www.astropharma.at