

Sindrom fibromialgije

Uvod

Fibromialgija je stara bolezen, saj je veliko dokazov, da so ljudje zaradi nje trpeli že v davni preteklosti, med njimi nekatere slavne osebnosti, kot so Alfred Nobel, Napoleon Bonaparte in Charles Darwin. Za fibromialgijo je zbolela tudi angleška medicinska sestra Florence Nightingale, ustanoviteljica zdravstvene nege in ena od pobudnic ustanovitve Rdečega križa (1).

Fibromialgijo so dolgo šteli za čustveno in psihosomatsko motnjo oziroma za posebno obliko depresije. Tako prepričanje je pred leti prevladovalo tudi pri nas. Družinski zdravniki, ki so bolezen poznali in priznavali, so bili redki. Večinoma so bolnike usmerjali k revmatologom, ki so bolezen sicer dobro poznali, vendar je bila zaradi kompleksnosti in zahtevnosti, ki so jo terjali ti bolniki v prepolnih revmatoloških ambulantah, zanje njihova obravnava zelo obremenjujoča in zamudna (kar velja še danes).

Zadnja leta sindrom fibromialgije raziskujejo čedalje intenzivneje, bolje so razjasnjeni mehanizmi bolečine in drugih simptomov, spreminjajo se tudi načini zdravljenja. O bolezni so objavljene številne klinične študije, članki in knjige. Fibromialgijo že vrsto let uvrščajo v strokovne programe mednarodnih revmatoloških kongresov v evropskem in svetovnem merilu. Fibromialgija je vse pogostejše uvrščena na strokovne sestanke tudi pri nas (2). Pri tem je zelo dejavno Društvo za fibromialgijo, ki je letos praznovalo deseto obletnico obstoja in je prav tako zaslužno za večjo prepoznavnost in bolj strokovno obravnavo bolezni.

Definicija, uvrstitev in pogostnost

Fibromialgija je kronični mišično-skeletni bolečinski sindrom (sindrom je skupek simptomov) z razširjenimi bolečinami v mišicah in sklepih, ki jih spremljajo številni vegetativni in telesni znaki ter simptomi (2). Uvrščamo jo v skupino zunajsklepnega revmatizma. Bolezen je lahko samostojna, to je primarna fibromialgija, če je pridružena drugi bolezni, pa govorimo o sekundarni fibromialgiji. Oboleva približno odstotek do dva odstotka ljudi; natančnih podatkov o številu obolelih v Sloveniji ni. Vrh zbolevanja je med 30. in 50. letom, torej v najdejavnejšem življenjskem obdobju, razmerje med moškimi in ženskami je 1 : 9 (3).

Vzroki za nastanek, bolezensko dogajanje in potek

Z leti so vznikale različne teorije o vzrokih fibromialgije in bolezenskem dogajanju pri njem. Ugotovili so, da

bolezen sprožijo številni vzroki, kot so psihični in fizični stres, okužbe, poškodba vratne hrbtenice, prsnega koša, nočni hrup, opustitev določenih zdravil (3). V zadnjih letih je raziskovalcem uspelo dokazati, da je to bolezen, pri kateri se prepletajo številni dejavniki (genski, nevrološki, hormonski, vnetni, imunološki in psihosocialni).

Drugačno kot pri zdravih ljudeh je dojemanje in zaznavanje bolečine in neprijetnih, tudi čutnih dražljajev. Bolečinske dražljaje nezadostno oslabijo dražljaji iz možganske skorje zaradi vpliva psiholoških in emocionalnih dejavnikov. Zelo izstopajo motnje v delovanju in ravni t. i. nevrottransmitterjev – kemičnih prenašalcev, odgovornih za komunikacijo med živčnimi celicami v osrednjem živčevju; med njimi so zlasti dopamin, serotonin in opiodi. Te snovi urejajo mentalna, fizična in čustvena doživetja. Njihovo neravnovesje kvarno vpliva na možganske funkcije, na bolečino in telesne sposobnosti. Z merjenjem lokalnega pretoka skozi možgane so ugotovili tudi slabšo prekrvavljenost v različnih predelih možganov. Našli so še zmanjšano količino sive možganovine. Oboje povzroča znižano zmogljivost za endogeno (notranje) zaviranje bolečine ter povzroča spoznavne in spominske motnje.

Potek bolezni je zelo individualen, obdobjem poslabšanja pa sledijo obdobja izboljšanja. Ozdravitev je pogostejša pri mlajših, s kratkotrajnejšo boleznijo (od 30 do 40 odstotkov bolnikov), po treh letih ima kar 80 odstotkov bolnikov še razne težave in prejema zdravila. Zmožnost za delo je zmanjšana pri devetih do 44 odstotkih, popolna nezmožnost za delo pa se razvije pri desetih do 30 odstotkih bolnikov.

Glavni simptomi in znaki

Glavni simptomi bolezni so hude bolečine v globokih tkivih, bolnik težko natančno določi mesto bolečine, saj ima občutek, da ga boli vse. Poleg tega se pojavljajo še različni drugi simptomi in znaki, kot so utrujenost, okorelost, prebavne težave, motnje sečil, nespečnost, omotičnost, glavobol, srbež, koprivnica, suha usta, težave z dihanjem, bolečine v prsih, depresija in še mnogo drugih, kar prikazuje preglednica 1. Čeprav bolezen ni življenjsko nevarna, so simptomi lahko zelo resni in neprijetni ter močno poslabšujejo kakovost življenja. Sindrom fibromialgije se pogosto prekriva z enim ali več bolezenskih stanj, kot so sindrom kronične utrujenosti, sindrom preobčutljivosti za številna kemična sredstva, alergije, psevdoalergije, neurejen menstrualni cikel. Pri približno 30 odstotkih bolnic so znaki depresije ali hude zaskrbljenosti, kar pogosto zahteva dodatno obravnavo pri psihiatru (3).

Ugotavljanje

Zaradi pojavljanja toliko različnih težav in simptomov je ugotavljanje fibromialgije dostikrat težko, zlasti če nanjo ne pomislimo. Nedvomno je res, da se diagnostika fibromialgije tudi pri nas izboljšuje. Tako so danes redkejši

