

# Ведение пациентов с псориатическим артритом: краткое руководство



Псориатический артрит (ПсА) — хроническое аутоиммунное заболевание, вызывающее воспаление суставов, часто у пациентов с псориазом.<sup>1</sup>

Ведение заболевания может быть сложной задачей, однако при наличии нужных знаний и инструментов возможно вести полноценную жизнь.

Данное руководство содержит практические рекомендации по эффективному контролю заболевания.

**Johnson & Johnson**

## Что такое псориатический артрит?

Псориатический артрит (ПсА) — это аутоиммунное заболевание и форма артрита.

Обычно оно развивается у людей с псориазом или при наличии семейного анамнеза псориаза.<sup>1</sup>



Псориатический артрит может поражать крупные суставы, такие как колени и плечи, а также суставы пальцев, стоп, позвоночника или таза.<sup>2</sup>

## Как развивается заболевание?

Когда иммунная система ошибочно атакует собственные ткани организма вместо защиты, это вызывает воспаление, которое приводит к боли в суставах, скованности и отёку.<sup>1</sup>

## Каковы последствия нелеченного воспаления?

Воспаление может затрагивать весь организм и при отсутствии лечения может приводить к необратимому повреждению суставов и тканей.<sup>2</sup>

## Насколько распространён псориатический артрит?

Поскольку ПсА связан с псориазом, его распространённость оценивается на основании данных о пациентах с псориазом.

Псориаз встречается примерно у 2–3% населения мира, и около 30% из них имеют псориатический артрит.<sup>3</sup>

## Примерно 1 из 200 человек в мире



ВО ВСЁМ МИРЕ

**~ 37,5**

МИЛЛИОНА

человек живут

с псориатическим артритом.<sup>3</sup>

**1,5%**

населения Казахстана  
имеют псориаз.<sup>4</sup>



Почти

**3 из 10**

пациентов с псориазом

в течение заболевания развивают  
псориатический артрит.<sup>3</sup>

## Симптомы псориатического артрита:<sup>5,6</sup>



Ямки и изменение цвета ногтей



Отёк суставов пальцев



«Сосискообразные» пальцы



«Сосискообразные» пальцы стопы



Отёк в области ахиллова сухожилия



Красные шелушащиеся высыпания

## Типы псориатического артрита

Существует 5 форм псориатического артрита:<sup>1</sup>

- 1 DIP (дистальный межфаланговый) псориатический артрит**  
Поражает суставы и ногти на концах пальцев рук и ног.

- 2 Спондилит**  
Поражает позвоночник,

- 3 Мутилирующий артрит**  
Тяжёлое поражение суставов кистей и стоп.

- 4 Ассиметричный олигоартрит**  
Поражает 2–4 сустава с обеих сторон тела. Это могут быть разные суставы.

- 5 Симметричный полиартрит**  
Поражает ≥5 суставов одновременно. Поражает одни и те же суставы с обеих сторон тела.

DIP: дистальный межфаланговый (концевые) сустав.



# Факторы риска псориатического артрита<sup>5</sup>

Причина псориатического артрита неизвестна, но существуют факторы, которые могут играть роль:<sup>5</sup>



Генетика



Иммунитет



Окружающая среда



## Генетика и семейный анамнез

Заболевание передаётся в семьях: у многих пациентов с псориатическим артритом есть родитель или родной брат/сестра с этим заболеванием.<sup>5-7</sup>

## Наличие псориаза

Наличие псориаза является основным фактором риска развития псориатического артрита.<sup>5,7</sup>



## Инфекции

Вирусная или бактериальная инфекция может спровоцировать псориатический артрит у людей с наследственной предрасположенностью.<sup>7</sup>

## Основные варианты лечения псориатического артрита:<sup>8,9</sup>



Местные препараты

Светотерапия  
(солнечный или ультрафиолетовый свет)



Нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП)

Внутрисуставные инъекции стероидов



## Базисная противоревматическая терапия (БПВП)

Применяется при среднетяжёлых и тяжёлых формах заболевания.



## Биологическая терапия<sup>8</sup>

Биологические препараты применяются при среднетяжёлых и тяжёлых формах заболевания и обычно вводятся инъекционно.

## Меры для облегчения повседневной жизни:<sup>8,9</sup>

### Физиотерапия

Укрепление суставов и профилактика повреждений.



### Эрготерапия

Подбор оборудования и адаптация повседневной активности.

## Псориатический артрит и возможные осложнения

У людей с псориатическим артритом могут возникать осложнения, однако они развиваются не у всех пациентов:<sup>5,6</sup>



### Поражение глаз

Воспаление глаз, которое может вызывать боль и ухудшение зрения.<sup>6</sup>

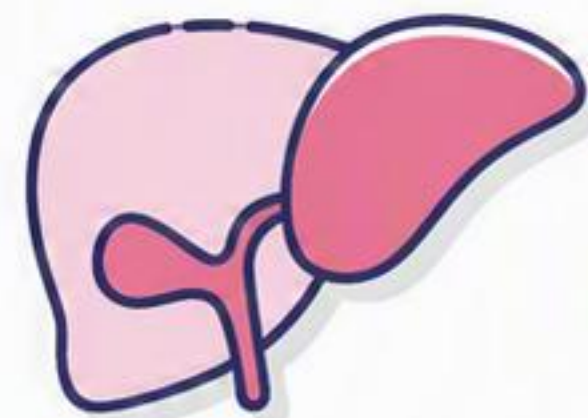
### Анемия

Анемия часто встречается у пациентов с псориатическим артритом.<sup>5</sup>



### Пищеварительная система

Повышен риск синдрома раздражённого кишечника, который вызывает воспаление пищеварительного тракта.<sup>6</sup>



### Жировая болезнь печени

Жировая болезнь печени может привести к рубцеванию и нарушению функции печени при отсутствии лечения.<sup>6</sup>



### Ожирение

Избыточный вес увеличивает нагрузку на суставы, делая состояние более болезненным.<sup>5,6</sup>



### Сахарный диабет

Повышенный риск развития сахарного диабета.<sup>5,6</sup>

### Сердечно-сосудистые заболевания

Повышенный риск гипертензии и высокого уровня холестерина, а также сердечных заболеваний.<sup>5,6</sup>



### Психоэмоциональные изменения

Хроническая боль и усталость при псориатическом артрите могут оказывать негативное влияние на психическое здоровье.<sup>6</sup>



**Регулярно проходите обследования и сообщайте врачу обо всех симптомах, которые Вас беспокоят.**

## Советы пациентам для контроля артрита

Даже при диагнозе псориатический артрит вы можете вести активную и полноценную жизнь. Вот несколько советов, которые помогут вам контролировать заболевание:<sup>6,10</sup>



**Сбалансированное питание,** которое помогает поддерживать здоровый вес, снижает нагрузку на суставы и сохраняет их подвижность.<sup>6,10</sup>



**Физиотерапевты и эрготерапевты** могут научить вас техникам, которые облегчат выполнение повседневных задач и помогут поддерживать силу и гибкость суставов.<sup>6,10</sup>



**Регулярные физические нагрузки,** такие как ходьба, плавание и йога, помогают укреплять суставы и улучшают работу сердца.<sup>6,10</sup>



**Снижение стресса:** снижайте уровень стресса, ведя дневник, занимаясь физической активностью, проводя время с близкими или уделяя время любимым увлечениям.<sup>10</sup>



**Удобная обувь** может помочь уменьшить отёк пальцев ног и дискомфорт, связанный с псориатическим артритом.<sup>10</sup>



**Тепло и холод,** так как тёплые компрессы могут уменьшить скованность, а холодные — снизить отёк.<sup>10</sup>

## ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

### 1. Как можно предотвратить псориатический артрит?

Поскольку точная причина псориатического артрита неизвестна, его невозможно предотвратить. Однако вы можете снизить риск развития любых форм артрита, если:



Откажетесь от табака



Будете правильно питаться



Будете регулярно двигаться



Будете использовать средства защиты суставов

### 2. Чего ожидать при псориатическом артрите?



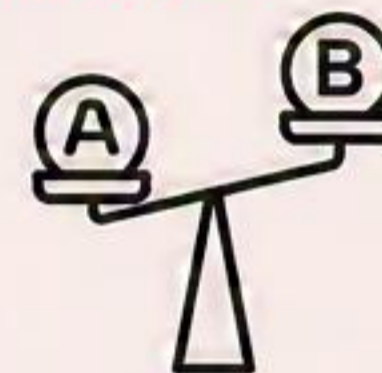
Вероятно, вам придётся контролировать симптомы заболевания на протяжении длительного времени (пожизненно), поскольку псориатический артрит неизлечим. Со временем вы научитесь распознавать ранние признаки обострений и своевременно контролировать симптомы.

### 3. Заразен ли псориатический артрит?

Поражения кожи при псориатическом артрите не заразны. Вы не можете заразиться или передать его другому человеку.<sup>6</sup>

### 4. Псориатический артрит хуже, чем ревматоидный артрит?

Нет. Псориатический артрит не хуже и не лучше ревматоидного артрита. Оба заболевания являются аутоиммунными и требуют длительного лечения.<sup>1</sup>



### 5. Является ли псориатический артрит прогрессирующим заболеванием?

Псориатический артрит может протекать непредсказуемо и по-разному у разных людей. Во многих случаях заболевание имеет прогрессирующее течение, то есть со временем становится хуже.<sup>3</sup>

### 6. Почему важно раннее лечение?

Без лечения псориатический артрит может привести к необратимому повреждению суставов, а в тяжёлых случаях суставы могут быть настолько повреждены, что утрачивают свою функцию. Именно поэтому ранняя диагностика и своевременное лечение имеют решающее значение для сохранения здоровья в целом.<sup>11</sup>



## Источники литературы:

1. Клиника Кливленда, 2024. Псориатический артрит. [онлайн] Доступно по адресу: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/13286-psoriatic-arthritis> [Accessed 28 August 2024].
2. Псориатический артрит. (февраль 2023). [онлайн] Доступно по адресу: <https://rheumatology.org/patients/psoriatic-arthritis> [Дата обращения: 30 сентября 2024].
3. Пратт, Э. (2024). Статистика псориатического артрита, Verywell Health. Доступно по адресу: <https://www.verywellhealth.com/psoriatic-arthritis-statistics-5196457> [Дата обращения: 28 августа 2024].
4. Дайров А. и др. Распространённость, заболеваемость, гендерное и возрастное распределение, а также экономическое бремя псориаза во всём мире и в Казахстане. J CLIN MED KAZ. 2024; 21(2):18-30. <https://doi.org/10.23950/jcmk/14497>
5. Медицина Университета Джона Хопкинса, 2024. Псориатический артрит. [онлайн] Доступно по адресу: <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/arthritis/psoriatic-arthritis> [Accessed 28 August 2024].
6. Против артрита, 2022. Информационный буклет по псориатическому артриту. [pdf] Доступно по адресу: <https://www.versusarthritis.org/media/24664/psoriatic-arthritis-information-booklet-2022.pdf> [Дата обращения: 28 августа 2024].
7. Клиника Майо, 2024. Псориатический артрит. [онлайн] Доступно на: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/psoriatic-arthritis/symptoms-causes/syc-20354076> [Дата обращения: 28 августа 2024].
8. NHS (2023). Псориатический артрит. Доступно на: <https://www.nhs.uk/conditions/psoriatic-arthritis/> [Дата обращения: 28 августа 2024].
9. Фонд артрита. Информационный лист по псориатическому артриту. [pdf] Доступно по адресу: <https://www.arthritis.org/getmedia/80313a3b-78ed-46ee-b55a-5ad7431b7245/psa-factsheet.pdf>.
10. Американский колледж ревматологии (2023). Советы по лечению псориатического артрита. Доступно на: <https://rheumatology.org/patient-blog/tips-for-managing-psoriatic-arthritis> [Дата обращения: 29 августа 2024].
11. Моррисон, Н. (2023). Псориатический артрит без псориаза: возможно ли это? Healthline. Доступно на: <https://www.healthline.com/health/psoriatic-arthritis/psoriatic-arthritis-without-psoriasis> [Дата обращения: 23 августа 2024].

ТОО «Johnson&Johnson Kazakhstan»

Тимирязева 42, строение 23-а, Алматы,

050040, Республика Казахстан,

Тел.: +7 727 356 88 11

СР-587782

Дата подготовки: июнь 2026

Материал предназначен для медицинских и фармацевтических работников