

Mitä tulehduksella tarkoitetaan?

Monissa kielissä, esimerkiksi englannissa, on kaksi tulehdusta tarkoittavaa sanaa: infektio ja inflammaatio. Suomen kielessä on kuitenkin toisin. Infektio ja inflammaatio ovat meillä yhtä kuin tulehdus ja tulehdus. Käyttösuomi ei siis tee eroa kahden toisistaan eroavan tulehdustilanteen suhteen, mikä aiheuttaa maallikon mielessä joskus hämminkiä.

Tilanne on todellakin sellainen, että infektio ja inflammaatio tarkoittavat kahta aivan eri asiaa, vaikka ne suomen kielessä kuitataan samalla sanalla tulehdus, toteaa fysiatrian ja yleislääketieteen erikoislääkäri **Jukka-Pekka Kouri** ja lisää, että potilaan mielessä tämä tulehdus-sanankaksinkäinen käyttö aiheuttaa aina silloin tällöin sekaannusta. - Potilas voi esimerkiksi kysyä, pitäisikö hänen nyt syödä antibioottikuuri, kun polvi on kerran tulehtunut.

Polven - tai minkä tahansa nivelen - tulehduksessa on kuitenkin lähes aina kyse inflammaatiosta, tulehdustilanteesta, jota ei ole aiheuttanut kehoon ulkopuolelta tunkeutunut bakteeri tai virus. Siksi antibioottia ei tarvita, sillä antibiootin tehtävänä on tuhota nimenomaan infektio-
tulehduksen aiheuttajat eli bakteerit ja viruslääke puolestaan vaikuttaa viruksiin.

Polven tulehduksen taustalta löytyy sen sijaan kemiallinen ärsytystilanne, jonka on aikaansaanut esimerkiksi kudosaivaurio tai kuluneessa nivelessä mekaaninen hankaus. Kudosaivuriossa vaurioituneelle alueelle, esimerkiksi polveen, kertyy hyvin monenlaisia välittäjäaineita. Ne vaikuttavat tulehduksen syntyyn mm. ärsyttämällä hermopäätteitä, jotka eivät pidä kemiallisen ympäristönsä muuttumisesta. Tällaisia ärsytystä aikaansaavia välittäjäaineita ovat mm. prostaglandiinit, histamiini ja neurokiniini.

- Myös selän välilevytyrään liittyvä kova kipuheutuu samankaltaisesta prosessista: Rikkoutuneesta välilevystä purkautuva hapan neste ärsyttää voimakkaasti hermopäätteitä ja tulehduttaa alueen eli saa aikaan inflammaation, Kouri selventää.

Infektiolla ja inflammaatiolla on myös yhteisiä piirteitä. Kouri ottaa esimerkiksi tilanteen, jossa virustauti aiheuttaa ihmiselle kovan kuumeen. - Kuume-tilanteessakin prostaglandiinien tuotanto kiihtyy: elimistössä on tavallaan käynnissä prostaglandiini-
nimyrsky, joka tynnytetään kuumelääkkeitä, tulehduskipulääkkeitä eli esimerkiksi asperiinia, buranaa tai ibuprofeiniä nauttimalla. Kun prostaglandiinien tuotanto saadaan näin rauhoittumaan, kuume alenee.

- Samalla tavalla in-

Kipupoliklinikan ylilääkäri, fysiatri Jukka-Pekka Kouri alusti Valtakunnallisilla Selkäpäivillä vaikeasta kivusta ja sen hoitokeinoista. Kipu on monen päivittäinen seuralainen, ja yleisöllä riitti kysymyksiä alustuksen jälkeenkin.



flammaatio-tilanne polvessa saa aikaan paikallisen prostaglandiini-
nimyrskyn, vaikka sitä ei aiheuta viruksen kaltainen ulkopuolelta tuleva tekijä. Inflammaatiossa prostaglandiinin tuotanto tynnytetään ja polvi rauhoitetaan tulehduskipulääkkeillä, jolloin tulehtuneen alueen kuumotus ja turvotus alkavat laskea ja kipu vähenee, Kouri kuvailee.

Fysioterapiaan vasta, kun tulehdus on rauhoittunut

Moniin tuki- ja liikuntaelinvaivoihin liittyy aika ajoin tulehdusta, joka on rauhoitettava ennen fysioterapian aloittamista. - Rauhoittaminen voi tapahtua paitsi suun kautta otettavilla tulehduskipulääkkeillä, myös kortisonipistoksilla tai tulehduskipulääkevoiteella. Ja sitten kun tulehdus on pääosin rauhoittunut, on fysioterapian, aktiivisen ohjatun ja oman harjoittelun aika, Kouri korostaa.

Nivelen kipu voi olla myös mekaanista: kun nivelrikko on edennyt hyvin pitkälle ja rusto kulunut vähiin tai kokonaan pois, nivelpinnat voivat hangata toisiinsa ja aiheuttaa mekaanista kipua. Sen lisäksi kulunut nivel saattaa kehittää tulehduskipujaksoja, joiden tunnusmerkkejä ovat kuumotus, nesteisyys ja arkuus.

Kouri korostaa lääkärin ja fysioterapeutin tiiviin yhteistyön tärkeyttä. - Kun tulehdusreaktio on rauhoitettu lääkkeillä, lihaskunnan parantaminen ja ylläpitäminen on nivelrikossa oleellista. Monet hyötyvät myös ruston vaurioitumista hidastavasta ja ehkäisevästä glukosamiinilääkityksestä.

Myös tulehduksellisten reumatauti-
lääkehoito on kehittynyt viime vuosina huomasti. - Metotreksaatti ja biologiset lääkkeet ovat tulleet avuksi hyvin hankalienkin tulehdustilanteiden hoidossa, Kouri sanoo. Nämä uudet lääkkeet ovat monella potilaalla radikaalisti mullistaneet selkäranka-
reuman tai nivelreuman tilanteen. ●



Inflammaatio (tulehdus) = elimistön vaurioituneiden, verisuonikkaiden kohtien reaktiotapa, jolle on ominaista mm. leukosyyttien hakeutuminen paikalle ja monien immunologisten mekanismien käynnistyminen. Kliinisinä oireina punoitus, turvotus, kuumotus ja kipu. Latinan in + flamma = 'tuleen syttyminen'.

Infektio (tulehdus) = elimistöön ulkopuolelta tunkeutuneiden taudinaiheuttajien aikaansaama tulehdus. Latinan inficere = 'laittaa sekaan, värjätä, myrkyttää, saastuttaa'.