

يُحظر نشرها قبل منتصف ليلة 12 تشرين الأول/أكتوبر 2019

نشرة إعلامية

هيئة Arthritis Australia تطلق موارد جديدة متعددة الثقافات

سيتم تحسين وصول المجتمعات غير الناطقة بالإنجليزية إلى معلومات حول التهاب المفاصل وإدارته من خلال إطلاق سلسلة جديدة من أوراق معلومات التهاب المفاصل بأربع عشرة لغة مختلفة.

وفي الإعلان عن الإطلاق، قال السيد أندرو ميلز، الرئيس التنفيذي لمنظمة Arthritis Australia: "نحن سعداء للغاية لتوسيع موارد المعلومات المتاحة للأشخاص الذين يعانون من التهاب المفاصل والذين اللغة الإنجليزية ليست هي لغتهم الأولى".

وأضاف السيد ميلز: "توفر الموارد الجديدة معلومات مهمة من شأنها أن تساعد الناس على التعرف على التهاب المفاصل وما الذي يمكنهم فعله لإدارته، والتي يمكن أن تساعدهم حقاً على العيش بشكل جيد مع حالتهم".

وتابع السيد ميلز قائلاً إن الموارد الجديدة تتضمن أوراق معلومات عن أكثر أشكال التهاب المفاصل شيوعاً بثلاث لغات جديدة - البهاسا الإندونيسية والبنجابية والماندريين. وقال أيضاً "بالإضافة إلى ذلك، قمنا أيضاً بتوسيع نطاق أوراق المعلومات المتوفرة لدينا بلغات أخرى لتشمل أنواعاً إضافية من التهاب المفاصل وطرق علاج التهاب المفاصل، بما في ذلك النشاط البدني والأكل الصحي".

هناك أكثر من 100 نوع من التهاب المفاصل يصيب أربعة ملايين أسترالي من جميع الأعمار. وغالباً ما يتم الإستهانة بالتهاب المفاصل ويُعتقد بشكل غير صحيح أنه مرض كبار السن. ومع ذلك، فإن حوالي نصف المصابين بالتهاب المفاصل تقل أعمارهم عن 65 عاماً، بما في ذلك 10000 طفل يعانون من أمراض الروماتيزم.

يُسمى الشكل الأكثر شيوعاً لالتهاب المفاصل هشاشة العظام (OA) وهذا يؤثر على أكثر من 2 مليون أسترالي. في حين أن هشاشة العظام ليس لديها علاج، فهناك أشياء يمكنكم القيام بها للتخفيف من الأعراض. بشكل عام، ويشمل العلاج عادة ما يلي:

- برنامج لتخفيف الوزن، إذا كنتم تعانيون من زيادة الوزن
- برنامج تمارين مخصص لحالتكم وقدرتكم
- معالجة الألم، باستخدام الأدوية مثل الباراسيتامول أو الأدوية المضادة للالتهابات غير الستيرويدية (NSAIDs)، بالإضافة إلى تعلم تغيير الطريقة التي تفكرون بها بالألم، والتفاعل معه
- الأجهزة مثل الدعائم وعصي المشي ونعال الأحذية
- جراحة استبدال المفاصل، إذا لم يعد يتم التحكم في الأعراض بالعلاجات الأخرى.

يمكنكم العيش بشكل جيد مع التهاب المفاصل. الخطوة الأولى هي فهم نوع التهاب المفاصل لديكم وكيف يمكن علاجه وإدارته. يحتوي مكتب التهاب المفاصل المحلي على معلومات عن النشاط البدني والأكل الصحي والأدوية والجراحة. يمكنكم الاتصال بمكتب التهاب المفاصل المحلي على رقم هاتف: **1800 011 041**

لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة موقع Arthritis Australia للإطلاع على أوراق المعلومات المجانية أو تنزيلها:

الموقع: <https://arthritisaustralia.com.au/get-support/resources/information-sheets/>

تم دعم ترجمة أوراق المعلومات هذه من خلال منحة تعليمية غير مشروطة من AbbVie Pty Ltd

لاتصال وسائل الإعلام:

أندرو ميلز Andrew Mills

المدير التنفيذي ، Arthritis Australia

هاتف: (02) 9518 4441



لدى Arthritis Australia مجموعة كبيرة من أوراق المعلومات المتاحة مكتوبة باللغة العربية - قوموا بزيارة <https://arthritisaustralia.com.au/get-support/resources/information-sheets/> لمزيد من المعلومات.

أوراق المعلومات الجديدة التالية متاحة الآن:

- النقرس
- النقرس والنظام الغذائي
- التهاب الفقار اللاصق (التهاب المفاصل في العمود الفقري)