

# Σύνδρομο Σιόγκρεν: Τα κύρια συμπτώματά του και πώς αντιμετωπίζονται

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Το

σύνδρομο Σιόγκρεν (Sjögren) είναι μια συστηματική αυτοάνοση πάθηση που προσβάλλει κατ' εξοχήν τους εξωκρινείς αδένες και προπαντός τους δακρυϊκούς και σιελογόνους αδένες. Πήρε το όνομά του από τον Χένρικ Σιόγκρεν, τον Σουηδό οφθαλμίατρο που το περιέγραψε πρώτος το 1933.

Διακρίνεται σε πρωτοπαθές, όταν δεν αποτελεί απότοκο άλλης πάθησης, και δευτεροπαθές, όταν εμφανίζεται σε άλλες αυτοάνοσες παθήσεις, όπως π.χ. στη ρευματοειδή αρθρίτιδα, στο συστηματικό ερυθηματώδη λύκο, στη συστηματική σκλήρυνση κ.ά. Αν και το σύνδρομο Sjögren μπορεί να προσβάλλει οποιαδήποτε ηλικία, είναι συχνότερο στις γυναίκες μέσης ηλικίας και η αναλογία γυναικών προς άνδρες είναι 9:1.

Στο πλαίσιο της πρώτης πανελλήνιας επιδημιολογικής έρευνας για τις ρευματικές παθήσεις, η οποία πραγματοποιήθηκε από το Ελληνικό Ίδρυμα Ρευματολογίας στο γενικό πληθυσμό της χώρας μας, ο επιπολασμός του πρωτοπαθούς συνδρόμου

Sjögren, δηλ. η συχνότητά του, βρέθηκε στο επίπεδο του 1,5% των ενηλίκων.

Δείτε παρακάτω ποια είναι τα συνηθέστερα αλλά και τα πιο σπάνια συμπτώματα του συνδρόμου και ποιοι είναι οι ενδεδειγμένοι τρόποι αντιμετώπισής τους.

- Συνήθη συμπτώματα

Σύμπτωμα	Αντιμετώπιση
Τα μάτια είναι στεγνά, τσούζουν και μπορεί να πονούν. Το δυνατό φως δεν είναι ευχάριστο.	Χρησιμοποιήστε οφθαλμικές σταγόνες (κολλύρια) για ύγρανση των ματιών μερικές φορές την ημέρα ή ανά ώρα αν είναι ανάγκη. Φορέστε σκουρόχρωμα γυαλιά, αν βοηθούν. Μην χρησιμοποιείτε φακούς επαφής.
Βλέννα και υπολείμματα προκαλούν στα μάτια μια αίσθημα ότι κολλάνε.	Χρησιμοποιήστε οφθαλμικές σταγόνες, αλοιφές, ψευδοπλαστικές σταγόνες χωρίς συντηρητικά. Μπορεί να γίνει μικρή χειρουργική επέμβαση από οφθαλμίατρο. Φορέστε ειδικά γυαλιά.
Το στόμα είναι πολύ στεγνό. Η γεύση έχει αλλάξει. Η φωνή είναι χοντρή ή λεπτή. Η κατάποση είναι δύσκολη (ορισμένες φορές διότι το στόμα και η τραχεία είναι πολύ στεγνά).	Χρησιμοποιήστε τεχνητό σάλιο. Συνιστάται σκεύασμα με φθόριο για ασθενείς με τα δικά τους δόντια. Μασήστε τσίχλα χωρίς ζάχαρη. Φροντίστε κατάλληλα τις τεχνητές οδοντοστοιχίες.
Τα έλκη στο στόμα κάνουν το στόμα ή την τραχεία να «κολλάει».	Χρησιμοποιήστε διάλυμα με χλωρεξιδίνη για πλύσεις στο στόμα. Να ξεπλύνετε και να κάνετε γαργάρες με στοματικό διάλυμα (ανακατέψτε 1 κουταλάκι γλυκού αλάτι και 1 κουταλάκι μαγειρική σόδα με 1 λίτρο νερό).
Το στόμα είναι πάρα πολύ στεγνό προκαλώντας άλλα προβλήματα, όπως λοίμωξη με μύκητες και ξηρό βήχα.	Χρησιμοποιήστε θεραπεία εναντίον των μυκήτων, όπως η νυστατίνη. Ο γιατρός μπορεί επίσης να συστήσει βρωμεξίνη ή πιλοκαρπίνη.

- Σπάνια συμπτώματα

Σύμπτωμα	Αντιμετώπιση
Πόνος στις αρθρώσεις (αρθραλγίες). Ορισμένες φορές υπάρχουν γενικοί πόνοι σε όλο το σώμα αλλά επίσης και ευαίσθητα σημεία (ινομυαλγία). Οι σιελογόνοι αδένες πονάνε.	Χρησιμοποιήστε παυσίπονα. Μπορείτε να κάνετε ένεση με στεροειδές και αναισθητικό στα μεμονωμένα σημεία ευαισθησίας ή στις αρθρώσεις. Ρωτήστε τον γιατρό σας για περαιτέρω αξιολόγηση και συμβουλή.
Το δέρμα είναι στεγνό και με φαγούρα. Το δέρμα είναι πολύ ευαίσθητο στο δυνατό ηλιακό φως.	Αποφύγετε τα δυνατά σαπούνια. Χρησιμοποιήστε ενυδατικές και μαλακτικές κρέμες καθώς και αντιηλιακές κρέμες το καλοκαίρι.
Ο κόλπος είναι στεγνός. Η σεξουαλική επαφή είναι επώδυνη («δυσπαρευνία»).	Χρησιμοποιήστε λιπαντικό. Χρησιμοποιήστε κρέμες οιστρογόνων.
Αισθάνεστε συνέχεια κούραση (λήθαργος). Οι αρθρώσεις πονάνε και υπάρχει πυρετός (αυτά τα προβλήματα υπάρχουν μόνο σε πολύ σοβαρές περιπτώσεις).	Ο γιατρός σας μπορεί να σας συνταγογραφήσει το φάρμακο υδροξυχλωροκίνη. Τα κορτικοστεροειδή, όπως η πρενιζολόνη, συνταγογραφούνται συχνά.
Αισθάνεστε τα δάχτυλα κρύα και να γίνονται μπλε (φαινόμενο Ρεϊνό)	Να αποφεύγετε καταστάσεις που προκαλούν τα συμπτώματα αυτά. Για παράδειγμα, αποφεύγετε την έκθεση στο νερό, μην καπνίζετε. Χρησιμοποιήστε γάντια. Πάρτε αγγειοδιασταλτικά.
Πονοκέφαλος σαν ημικρανία. Πόνος στην κοιλιά και διαταραχή των συνηθειών του εντέρου (ευερέθιστο έντερο)	Πάρτε παυσίπονα ή ειδικά φάρμακα εναντίον της ημικρανίας. Αυξήστε την ποσότητα των φυτικών ινών στη δίαιτά σας. Πάρτε αντισπασμωδικά φάρμακα.
Προβλήματα με το συκώτι	Αυτά δεν είναι πολύ συχνά. Μικρές ανωμαλίες στις εξετάσεις του συκωτιού δεν χρειάζονται θεραπεία, αλλά πρέπει να ελέγχονται τακτικά από τον γιατρό σας. Ορισμένες φορές αναπτύσσεται μια ειδική ανωμαλία στο συκώτι που ονομάζεται πρωτοπαθής χολική κίρρωση. Αυτή πρέπει να αξιολογηθεί από ειδικό.

Οι πνεύμονες μπορεί να επηρεαστούν από ίνωση. Αυτό προκαλεί δύσπνοια μετά από άσκηση, ξηρό βήχα και ορισμένες φορές πλευρίτιδα, που προκαλεί πόνο στο θώρακα.	Πρέπει να ελεγχθεί η λειτουργία των πνευμόνων. Η ίνωση χρειάζεται συμβουλή από ειδικό. Είναι δυνατό να συνταγογραφηθούν στεροειδή.
Τα συμπτώματα της εμμηνόπαυσης μπορεί να χειροτερεύσουν.	Μπορεί να χρησιμοποιηθεί η θεραπεία υποκατάστασης με ορμόνες. Δεν υπάρχουν επιπλέον κίνδυνοι λόγω του συνδρόμου Σιόγκρεν.

**Πηγές:** [Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα](#) (ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α.), [Ελληνικό Ίδρυμα Ρευματολογίας](#)- [onmed.gr](#)