

A qui afecta?

Afecta majoritàriament dones d'entre 40-60 anys. Es desconeixen les causes que la provoquen, però se sospita que hi intervien factors genètics, ja que de vegades es dona més d'un cas en una mateixa família.

Quins símptomes produeix?

Boca seca i càries: la disminució de la saliva produeix sequedat de boca, dificultat per mastegar, empassar-se els aliments sòlids i necessitat de beure aigua durant els menjars amb molta freqüència; també afavoreix l'aparició de càries.

Ulls secs: sensació de sorra als ulls, llagrimes matinals, enrogiment i augment de la sensibilitat a la llum solar. Pot produir conjuntivitis freqüents i úlceres de còrnia.

Artritis, cansament i altres símptomes que poden presentar-se:

- Dolor en les articulacions i, de vegades, inflamació
- Cansament
- Sequedat vaginal i dolor durant les relacions sexuals
- Restrenyiment
- Refredats freqüents



La síndrome de Sjögren



Amb la col·laboració de:



www.acatsjogren.org

Sanitat Respon 24 hores
902 111 444

www.gencat.cat/salut

Generalitat de Catalunya
Departament
de Salut

La síndrome de Sjögren

Què és?

És una malaltia reumàtica, inflamatòria crònica i autoimmunitària que produeix sequedat als ulls i a la boca a causa d'una disminució de la secreció de les glàndules lacrimals i salivals.

El sistema immunitari s'altera i ataca el propi organisme. Les cèl·lules del sistema immunitari (limfòcits) destrueixen les glàndules de secreció externa (lacrimals, salivals) que són les que lubrifiquen la pell i les mucoses. La destrucció progressiva d'aquestes glàndules fa disminuir la producció de llàgrimes, saliva, secrecions vaginals, intestinals, bronquials i de la suor, i provoca sequedat.

Es tracta d'una malaltia sistèmica perquè també pot afectar altres òrgans o sistemes (pulmons, ronyons, aparell circulatori, sistema nerviós).

Se la considera una malaltia reumàtica perquè pot produir també dolor i inflamació de les articulacions i sol associar-se a malalties reumàtiques.

Existeixen dues formes de síndrome de Sjögren:

- Primària: quan no s'associa a cap altra malaltia autoimmunitària.
- Associada: quan apareix simultàniament amb artritis reumatoide, lupus eritematos sistèmic, esclerodèrmia o cirrosi biliar primària.

Com es diagnostica?

El diagnòstic es realitza mitjançant una visita mèdica, que inclou una història clínica i exploració minucioses, anàlisi de laboratori i proves específiques per confirmar l'existència de sequedat a la boca o als ulls.

Com evoluciona?

És una malaltia crònica que evoluciona lentament, encara que la majoria dels pacients amb síndrome de Sjögren no presentaran mai problemes greus a causa de la seva malaltia.

Com es tracta?

No hi ha tractament que pugui curar la malaltia, però existeixen tractaments que alleugereixen els símptomes produïts per la sequedat.

Consells per millorar els símptomes produïts per la sequedat

Ocular

- Utilitzar llàgrimes artificials diverses vegades al dia.
- Col·locar-se un drap o gases humides sobre els ulls, durant diversos minuts, al matí en aixecar-se.
- Utilitzar ungüents oculars durant la nit.
- Utilitzar ulleres de sol amb protectors laterals durant el dia per protegir-se del sol i del vent.
- Fer-se revisions oftalmològiques periòdiques.

Bucal

- Utilitzar salives artificials i beure aigua sovint (s'hi pot afegir unes gotes de llimona).
- Evitar el consum d'alcohol, tabac i de medicaments que produeixen sequedat bucal.
- Mastegar xiclets o menjar caramels, sempre sense sucre. També la pilocarpina estimula la producció de saliva.
- Cuidar la higiene bucal per evitar les càries i les infeccions. Raspallar les dents tres vegades al dia utilitzant dentífrics especials per a boques seques, esbandir la boca amb elixirs rics en fluor i evitar els aliments o les begudes ensucrades. Anar al dentista periòdicament.

Vaginal

- Utilitzar lubricants vaginals i visitar periòdicament el ginecòleg.

De la pell

- Utilitzar cremes hidratants.
- Usar sabons i xampús de civada.

