Vizitka 16 - Fibromialgija

November, 2026

Fibromialgija je kronično bolezensko stanje, ki se kaže z različnimi simptomi, predvsem pa s široko razširjenimi bolečinami v mišicah in vezivnem tkivu.
Fibromialgija je povezana z motnjo v procesiranju bolečine v centralnem živčnem sistemu, kar vodi do povečane občutljivosti na bolečino.

Kakšni so znaki in simptomi fibromialgije?

Široko razširjena bolečina

Bolečine in občutljivost v različnih delih telesa, vključno z mišicami, tetivami in sklepi. Bolečine se lahko premikajo po telesu in se lahko pojavijo na obeh straneh telesa.

Utrujenost

Bolniki s fibromialgijo pogosto poročajo o utrujenosti, tudi če so dovolj počivali. To utrujenost pogosto spremljajo motnje spanja, kot so nespečnost ali prekinjen spanec.

Motnje spanja

Težave s spanjem, vključno s težavami pri tem, da zaspite, nemirnim spancem in pogostim prebujanjem.

Motnje razpoloženja

Mnogi ljudje s fibromialgijo doživljajo depresijo, anksioznost ali druge motnje razpoloženja.

Težave s spominom in koncentracijo

Poznane so kot fibromožganske motnje, ki vplivajo na spomin, kognitivne funkcije in sposobnost koncentracije.

Glavoboli in migrene

Bolečine v glavi, vključno z migrenami, so pogoste pri ljudeh s fibromialgijo.

Sindrom razdražljivega črevesja in sindrom mehurja

Pogosto so povezani s fibromialgijo, kar kaže na vpliv na različne organske sisteme.

Kakšni so vzroki za fibromialgijo?

Vzroki za fibromialgijo niso povsem jasni, vendar pa obstajajo nekateri dejavniki, ki lahko prispevajo k njenemu razvoju, vključno z genetiko, stresom, okoljskimi dejavniki in nalezljivimi boleznimi.
Fibromialgija se pogosteje pojavlja pri ženskah kot pri moških, in sicer predvsem v srednjih letih.

Kako poteka diagnostika fibromialgije?

Uvodni del zdravljenja sindroma fibromialgije se prične z diagnostičnim pregledom, ki ga opravi fizioterapevt diagnostik. Pregled se prične s poglobljeno anamnezo (uvodni pogovor), kjer odgovarjate na vprašanja o času trajanja težav, intenzivnosti simptomov, kdaj so bolečine najmočnejše in ocenite bolečino.
Izvede se klinični pregled z inspekcijo in palpacijo telesa, kjer se identificira točno določena področja, ki so občutljiva na dotik oziroma se občuti bolečina. Izvede se poseben test za fibromialgijo, kjer se preveri občutljivost na dotik na 18 točkah po celem telesu.

Diagnozo fibromialgije vam postavi specialist medicine, ponavadi revmatolog, kadar se pacientu vsaj tri mesece širi bolečina po telesu in kadar bolečino povzroča pritisk na vsaj 11 od 18 občutljivih točk.
Izvede se ocena razširjene bolečine, ki je pri pacientih s fibromialgijo prisotna na obeh straneh telesa, nad in pod pasom ter v skeletu – hrbtenica ali prsni koš. Strokovnjak bo poleg fizičnih simptomov preveril tudi prisotnost preostalih simptomov, kot so utrujenost, motnje spanja, kognitivne težave, depresija in anksioznost.
Ključnega pomena za specialista je, da se postavi pravilna diagnoza fibromialgije, saj obstajajo bolezni s podobnimi simptomi, kot so revmatoidni artritis, avtoimunske in vnetne bolezni.
Zaradi kompleksnosti bolezni fibromialgije se diagnoza postavi na podlagi kombinacije klinične presoje in vzorca prisotnih simptomov.

Kako poteka zdravljenje fibromialgije?

Zdravljenje fibromialgije običajno vključuje kombinacijo pristopov, kot so zdravljenje bolečine, telesna vadba, terapije, ki pomagajo obvladovati stres, in izobraževanje o upravljanju simptomov. Zdravnik lahko individualno prilagodi načrt zdravljenja glede na potrebe vsakega posameznika.

Pripravila: S. Campolunghi

Vir:

https://vizita.si/bolezni/fibromialgija.html

https://medicofit.si/fibromialgija/