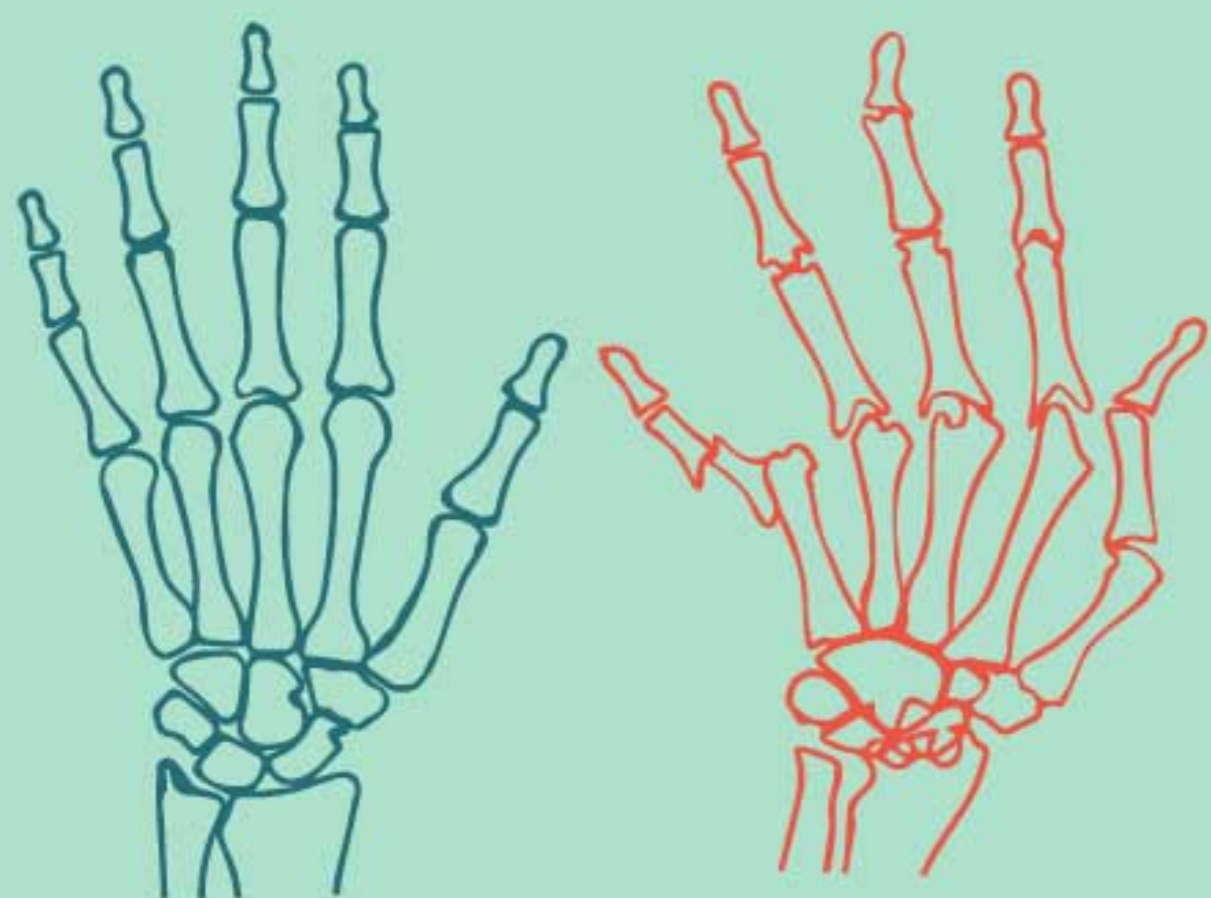


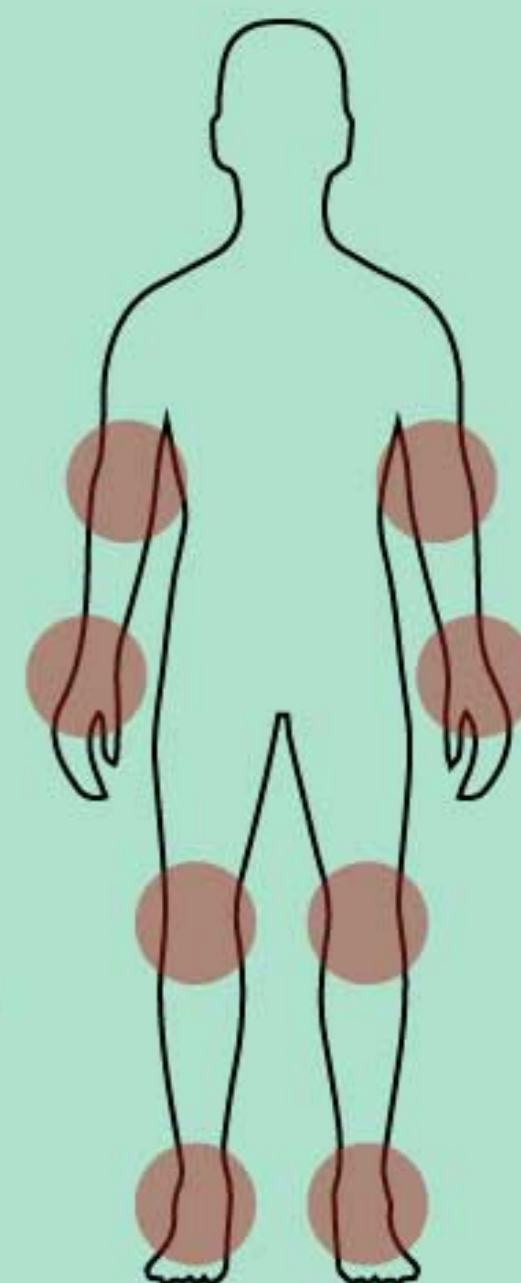
АРТРИТ

Заболевание суставов. Может быть самостоятельным заболеванием или проявлением другого заболевания. Развивается как у взрослых, так и у детей.



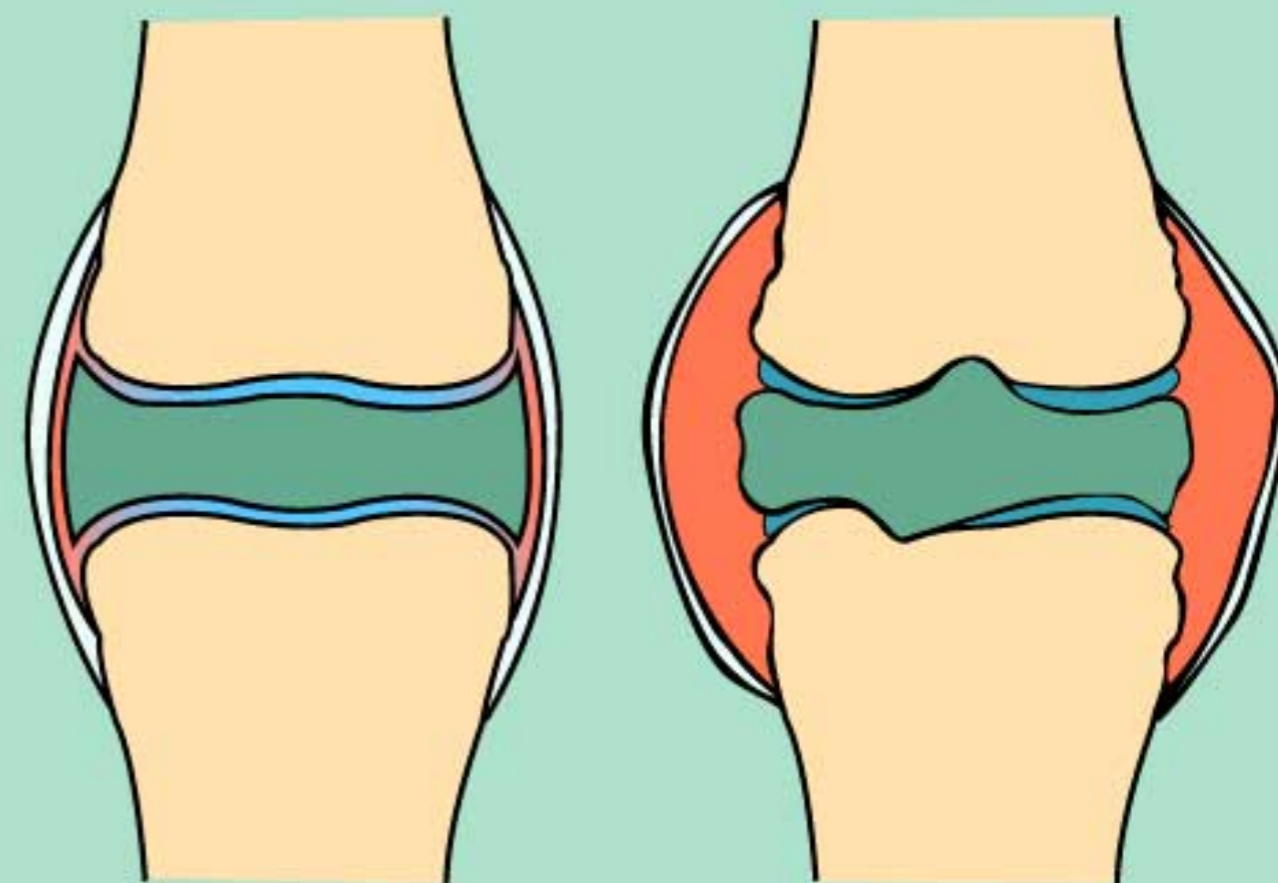
Причины

- Травматизация суставов.
- Значительные физические нагрузки (давление большим весом).
- Переохлаждение.
- Большая масса тела.
- Нарушение гормонального статуса или обмена веществ, нехватка витаминов, минералов, аминокислот.
- Различные инфекционные возбудители.
- Заболевания центральной нервной системы.
- Нарушения иммунитета.
- Наследственная генетическая предрасположенность.



Симптомы

- Воспаление, увеличение (опухание) суставов.
- Интенсивные боли ночью и утром.
- Нарушение функции суставов.
- Хруст суставов.
- Гиперемия – набухание тканей.
- Изменение температуры в области пораженного сустава.
- Посинение зоны около поврежденного хряща.



Что делать

- Обратиться к ревматологу, артрологу.
- Использовать различные приспособления (шины, жгуты, повязки, поддержки для свода стоп и подпяточники могут сократить нагрузку на суставы и облегчить боль).

Комплексное лечение включает:

- Нестероидные противовоспалительные препараты.
- Физиотерапию.
- Гормонотерапию.
- Хондропротекторы.
- Макро- и микроэлементы.
- Диетотерапию.
- Аминокислоты.
- Миорелаксанты.

Профилактика

- Упражнять суставы (физическая нагрузка сокращает боль).



- Привести в норму массу тела.



- Избегать стрессов.



- Исключить алкоголь.



- Снизить употребление продуктов, богатых животными жирами и белками.

