МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЗ «ДЯТЛОВСКАЯ ЦРБ»



## Артрит – заболевание, связанное с воспалением суставов. Опасен тем, что может привести к артрозу (трение и стирание суставов) и ограничить человека в движениях.

|  |  |
| --- | --- |
| Факторы риска: | Симптомы заболевания: |
| Пожилой возраст | Болевые ощущения в суставах, усиливающиеся при движении |
| Женский пол | Чувство скованности после пробуждения |
| Врожденные пороки развития костей и суставов | Слабость и повышенная утомляемость |
| Наследственность | Резкое снижение веса |
| Операции на суставах | Покраснение и припухлость суставов |
| Избыточная масса тела | Повышение температуры тела |
| Работа, связанная с нагрузкой на одни и те же суставы | Появление на коже высыпаний |
| Травмы суставов |  |

# Профилактика артрозов

   

Защита суставов от Избегать подъема Отказ от вредных Физическая

переохлаждения . тяжестей. привычек. активность.

   

Правильно подбирайте Подобранная правильная Сбалансированное питание

высоту мебели для сидения. обувь. и контроль веса.

2021 г.

Тираж 200 экз.