12 ОКТЯБРЯ ОТМЕЧАЕТСЯ ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С АРТРИТОМ



Инициатором проведения Всемирного дня борьбы с артритом впервые в 1996 году выступила Всемирная организация здравоохранения, отмечается он 12 октября, ежегодно. Основная цель проведения этого дня – привлечь внимание широкой общественности к проблеме ревматических заболеваний, объединить усилия пациентов, врачей, общественности в направлении решения вопросов профилактики, ранней диагностики, медицинской и социальной реабилитации.

Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани весьма актуальны в связи с широкой распространенностью данной патологии и высокими показателями временной и стойкой нетрудоспособности.

Ревматические заболевания (РЗ) – большая группа различных по происхождению воспалительных и дегенеративно-метаболических болезней, поражающих все структуры соединительной ткани человека (суставы, хрящи, кости, околосуставные ткани), а также сосуды, внутренние органы, нередко – кожные покровы и слизистые оболочки, и носящих, как правило, системный, реже – локальный характер.

Наиболее часто встречаются: остеоартроз, остеопороз, ревматоидный артрит, подагра, спондилоартриты.

В последние годы в нашей стране, да и во всем мире растет число людей, страдающих ревматологическими заболеваниями, в первую очередь ревматоидным артритом. Болезнь эта - хроническая, и о полном излечении врачи пока говорить не рискуют.

Ревматоидным артритом можно заболеть на любом жизненном этапе, но основную массу пациентов составляют люди среднего возраста. Чаще всего ревматоидный артрит протекает достаточно вяло, но встречаются формы, которые прогрессируют очень быстро и за 2-3 года человек может превратиться в инвалида. С этим заболеванием сталкиваются 15 % взрослых людей и 1-2% молодых людей. Что касается полового распределения, то это считается патологией женской половины населения: 75% женщин к 25% мужчин. Это связано с особенностями женского организма, с их половыми гормонами.

В основе ревматоидного артрита лежит аутоиммунный процесс. Это значит, что иммунная система не с инфекцией борется, как ей положено, а проявляет агрессию против собственных тканей организма. В случае ревматоидного артрита - это, главным образом, ткани суставов. Но важно отметить, что ревматоидный артрит заболевание системное, то есть поражаются не только суставы, но и другие органы. Это могут быть и сердечно-сосудистая система, и нервная, и все остальные.

Что известно сегодня о причинах заболевания ревматоидным артритом? Ведущую роль здесь играет наследственная предрасположенность. Это не значит, что артриты обязательно есть у ваших близких родственников. Может быть разрыв в несколько поколений. Но очень большое значение имеют и факторы, которые запускают болезнь. Это могут быть бактериальные или вирусные инфекции, радиационное воздействие, психоэмоциональное перенапряжение и многие другие негативные воздействия на организм, дающие толчок для развития заболевания. То есть болезнь возникает, когда есть и предрасположенность, и запускающие факторы.

Ревматоидный артрит – болезнь, которая несет симметричные удары, если страдает левая кисть, то будет страдать и правая. Со временем ревматоидный артрит будет захватывать все новые суставы, усиливая боль и ощущение скованности. Для пациентов характерны ощущение утренней скованности, боль, припухлость суставов, изменение цвета кожи над ними. Утром им хочется размять суставы, разработать, иногда подержать над горячей водой. Иногда ревматоидный артрит относительно длительное время может проявляться моноартритом крупного, чаще коленного сустава. Развернутая стадия болезни характеризуется деформирующим, деструктивным артритом, который характеризуется вывихами, подвывихами, деформацией пястно-фаланговых, межфаланговых и лучезапястных суставов - отклонение кисти во внешнюю сторону.

Чаще всего ревматоидный артрит поражает суставы конечностей. Но встречается и другая форма заболевания, при которой наряду с суставами страдают другие жизненно-важные органы.

Если у человека есть не меньше трех припухших суставов и отмечается утренняя скованность, то это повод идти к ревматологу. Спустя несколько недель после начала заболевания на рентгеновских снимках кистей и стоп можно выявить начальные признаки околосуставного остеопороза, а через несколько месяцев могут обнаружиться первые костные эрозии, а это классический признак ревматоидного артрита. Для подтверждения диагноза ревматоидный артрит больному назначаются лабораторные исследования.

В первую очередь, начиная лечение ревматоидного артрита, врачи уменьшают боль человека, чтобы он мог вернуться к обычной жизни. Но эти препараты не влияют на само воспаление в суставах. Только с помощью базисных препаратов можно смягчить или затормозить прогрессирование болезни. Буквально 10-20 лет назад с появлением новой , базисной группы препаратов в ревматологии произошел прорыв. Теперь мы можем говорить, что ремиссия, когда болезнь «молчит» достижима. Эти препараты в назначенных дозировках пациент должен принимать постоянно. Базисные препараты, воздействуя на иммунную систему, избыточную ее активность стараются привести к норме, чтобы не было обострения. Поэтому ни в коем случае нельзя бросать терапию и надеяться на народную медицину, которая к сожалению не помогает.

В отношении образа жизни наиболее важная рекомендация для больных ревматоидным артритом – это бережное отношение к своим суставам. У нас очень многие, невзирая на свои болезни, любят проводить дачный сезон с лопатой в руках, копая огород и т.п. Так поступать не следует. Нагрузка на суставы при работе, при ношении тяжестей должна быть минимальной. Так, между бегом и ходьбой выбирайте ходьбу, прогулки по паркам, гуляние на свежем воздухе. Плавание - это хорошо только при условии, что вода будет комфортной температуры, не ледяная. Курение и алкоголь могут вызывать обострение аутоиммунного заболевания, поскольку усиливают нарушения в иммунной системе. Что же касается питания, то здесь важно не переедать, чтобы вес человека не был большим. Лишний вес увеличивает нагрузку на суставы. Это ведет к еще большему их разрушению.

К сведению пациентов, страдающих ревматическими заболеваниями суставов: по Постановлению МЗ РБ № 65 от 16 июля 2007 года все эти заболевания дают право заболевшим гражданам на бесплатное обеспечение лекарственными средствами, выдаваемыми по рецепту врача.

УЗ «Дятловская ЦРБ» врач хирург Поликша Б.А.