

ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ АРТРИТА:

- избыточный вес;
- неправильное питание;
- физическое перенапряжение;
- травмы и переломы;
- наследственная предрасположенность;
- перегрев или переохлаждение;
- аутоиммунные и метаболические заболевания;
- инфекционные заболевания;
- аллергия;
- гормональные изменения;
- стресс;
- вредные привычки.

Причины артрита удастся установить не всегда. Иногда их может быть несколько.

ОСНОВНЫЕ МЕСТНЫЕ СИМПТОМЫ АРТРИТА:

- боль;
- припухлость;
- покраснение кожи;
- локальное повышение температуры;
- деформация сустава;
- ограничение движения в суставе.

На начальном этапе заболевание может протекать бессимптомно.



** Наличие одного или нескольких симптомов не обязательно означает наличия заболевания.*

ЦЕЛИ ЛЕЧЕНИЯ АРТРИТА:

- устранить причины;
- подавить воспаление;
- остановить разрушение сустава.

ДОБИТЬСЯ ЭТОГО ПОЗВОЛЯЮТ:

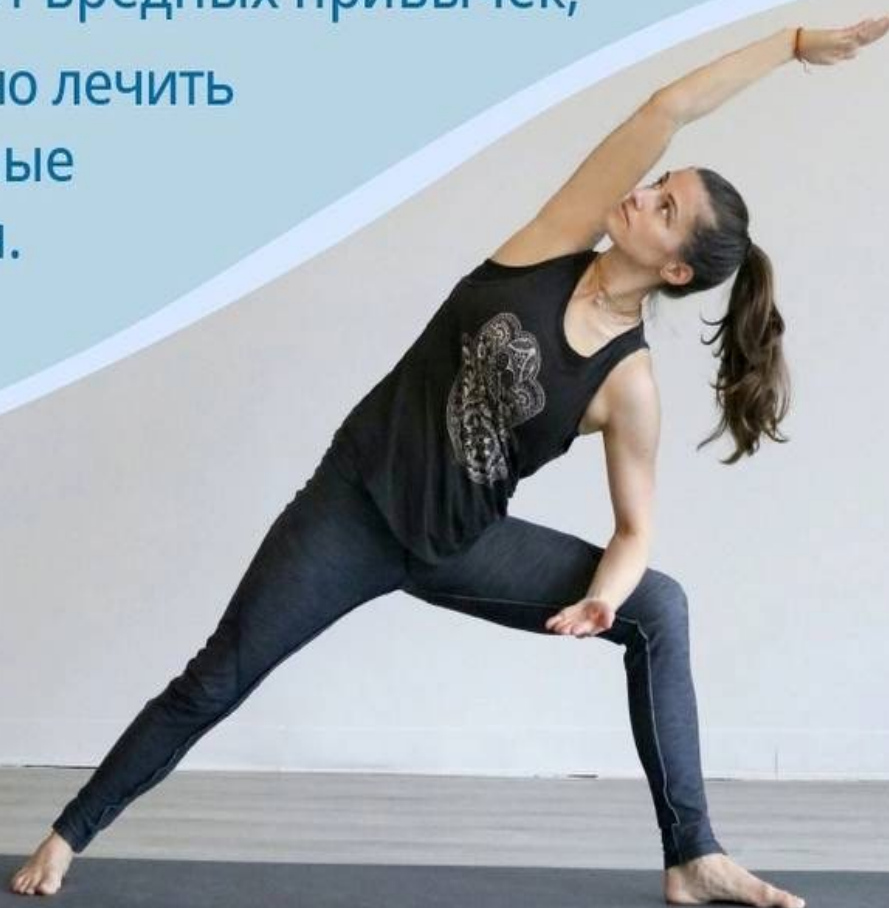
- медикаменты;
- физиотерапия;
- лечебная гимнастика;
- массаж (только после снятия острого воспаления);
- хирургическое вмешательство.

Назначать терапию должен врач.



ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ АРТРИТА СЛЕДУЕТ:

- правильно питаться;
- соблюдать режим труда и отдыха;
- избегать травм;
- не поднимать тяжести;
- контролировать массу тела;
- заниматься гимнастикой, физкультурой;
- избегать стресса;
- отказаться от вредных привычек;
- своевременно лечить инфекционные заболевания.



МИФЫ ОБ АРТРИТЕ



Миф № 1:

«Артрит — это отдельное заболевание».



Артрит — симптом какой-либо болезни, инфекции, травмы или аллергии.





Миф № 2: «Вылечу когда-нибудь».



Если прошло 2–3 года с начала болезни, она переходит в хроническую форму. Тогда можно лишь облегчить боль.





Миф № 3:
«Суставы болят из-за смены погоды».



Реагируют на погодные изменения только больные суставы. Состояние также ухудшается при психологическом стрессе или приступе аллергии.





Миф № 4:
«Есть эффективное средство от болей в суставах».



В первую очередь нужно выяснить причину заболевания и на основании этого подбирать лечение.

