



Единый день здоровья

12 октября 2018 года

Всемирный день борьбы с артритом



Начиная с 1996 года по инициативе Всемирной организации здравоохранения и ассоциация ARI (Arthritis Rheumatism International) 12 октября ежегодно отмечается Всемирный день борьбы с артритом.

Целью этого дня является привлечение внимания широкой общественности к проблеме ревматических заболеваний, повышение информированности об артритах во всех его формах среди медицинского сообщества и населения, объединение усилий врачей, пациентов и общественности в направлении решения вопросов профилактики, ранней диагностики, медицинской и социальной реабилитации.

Профилактика артрита

Снизить риск развития артрита можно, следуя нескольким простым советам:

чаще бывать на свежем воздухе;

отказаться от вредных привычек;

вести здоровый образ жизни;

не пренебрегать физическими упражнениями;

правильно питаться.

Артрит — воспалительное заболевание суставов, причины которого различны. В ряде случаев факторы возникновения и механизмы развития выяснены не до конца. Артрит нередко возникает при повторяющихся легких травмах, открытых или закрытых повреждениях суставов. Может развиваться при переохлаждении, стрессах и при частом физическом перенапряжении. Различные инфекции (например, кишечные или мочевые) могут вызывать реактивный артрит.

Для артрита характерны боли в суставе, особенно при движении, нередко имеются ограничения его подвижности, припухлость, изменение формы, повышается местная температура. Симптомами инфекционного артрита являются покраснение, припухлость, ощущение боли при надавливании, часто наблюдаются общие симптомы инфекционного заболевания — повышение температуры

тела, озноб, боль во всем теле.

Встречается артрит одного или нескольких (до четырёх) суставов (моно/олигоартрит) и многих (полиартрит). Артрит может начаться сразу и сопровождаться сильными болями в суставе (острый артрит) или развиваться постепенно (хронический артрит). Наблюдается острая, ноющая или тупая боль. На начальных стадиях заболевания боль может возникать как при движении и физических нагрузках, так и в определенное время суток (например, ночью или в виде утренней скованности). Если артрит переходит в хроническую форму, боль может стать постоянной. Как правило, движения в пораженных суставах обычно нарушены, хотя иногда наблюдается только тугоподвижность. В тяжелых случаях артрита может развиваться полная неподвижность.

Обратите внимание:

в последнее десятилетие во всем мире отмечается выраженная тенденция к росту числа заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани;

болезни костно-мышечной системы входят в первую тройку наиболее распространенных классов заболеваний среди взрослого населения, «пропуская вперед» лишь болезни системы кровообращения и болезни органов дыхания;

ревматические заболевания занимают высокие позиции в рейтинге причин заболеваемости и инвалидности;

артриту подвержены не только пожилые, но и молодые люди, а также дети;

ревматические болезни являются причиной развития инвалидности, а также отставания в физическом развитии детей

К сведению

По данным ВОЗ:

артритом страдает каждый десятый житель планеты;

чаще болеет работоспособное население в возрасте от тридцати до пятидесяти лет;

женщины страдают этим заболеванием в пять раз чаще мужчин;

большой процент среди заболевших составляют дети, у которых это заболевание может приводить к инвалидности;

наиболее инвалидизирующим является ювенильный ревматоидный артрит (ЮРА);

тяжелая, часто пожизненная инвалидность у 50 % детей с ЮРА наступает в течение первых 10 лет болезни;

треть детей заболевают ревматическими болезнями в возрасте от 9 месяцев до 1,5 лет