

ЗНАТОКИ

Ревматоидный артрит, артроз, остеохондроз... Кому не знакомы эти грозные заболевания? Почему даже у молодого и ранее здорового человека вдруг начинают болеть суставы, возникает скованность в теле по утрам и надо длительно расхаживаться? Появляются общие признаки воспалительного процесса: температура, суставы сильно распухают, человек может даже похудеть. Какова причина таких недугов? И есть ли способы их профилактики? На этот и другие вопросы «МК» отвечает зам. директора НИИ ревматологии, д.м.н., профессор Дмитрий КАРАТЕЕВ.



высокого разрешения, использующее специальные высокочастотные датчики. Плюс доплеровское исследование. Рентген показывает плотность ткани по кальцию в костях, а МРТ (магнитно-резонансная томография) — плотность их по отношению к протону. Фактически показывая очаг заболевания: где накапливается жидкость, где идет воспаление, где есть отек. Кстати, костный отек (воспаление костной ткани) среди стандартных методик определяется только с помощью МРТ.

«Есть проблемы с доступностью ревматологической помощи»

Немало вопросов к нашему эксперту и у читателей «МК».

— Мы живем в несколько другом веке (не в XIX в., когда был описан ревматоидный артрит), и питаемся иначе, и образ жизни ведем другой, и мало двигаемся... Связаны ли частые переломы шейки бедра с нашим образом жизни? Или есть другие причины?

— Перелом шейки бедра связан с остеопорозом (это хронически прогрессирующее системное, обменное заболевание скелета, когда снижается прочность костей и повышается риск переломов), — считает профессор Каратеев. — А основная причина остеопороза — снижение в организме уровня эстрогенов (женских половых гормонов, играющих роль стимулятора образования костной ткани). Поэтому остеопороз чаще развивается у женщин в постменопаузе. У мужчин снижение уровня половых гормонов происходит медленно и постепенно, поэтому остеопороз развивается позже, к глубокой старости.

Есть и другие причины. Например, курение достоверно способствует развитию остеопороза. Дисбаланс кальция костной ткани может появиться в результате приема некоторых гормональных препаратов. Часто требуется дополнительный прием витамина D. Остеопороз — очень распространенное заболевание. Но в разных регионах статистика разная, это зависит не только от потребления кальция, но и от уровня физической активности.

— Почему не имеют пальцы рук, особенно у людей молодого возраста?

— Скорее всего имеет место патология шейного отдела позвоночника или остеоартроз нескольких суставов. — ответил Каратеев. — Я бы порекомендовал обследовать шейный отдел позвоночника: сделать рентген и МРТ. Тогда будет понятна причина и назначена правильная терапия. Целесообразно принимать нестероидные противовоспалительные препараты, но очень важно обсудить их применение на очной консультации с врачом, поскольку эти препараты в некоторых случаях противопоказаны. Вопрос о других локальных процедурах тоже надо решать после обследования. В тяжелых случаях, возможно, потребуются хирургическое лечение.

— Модные сейчас увлечение различными видами спорта как-то влияют на состояние суставов?

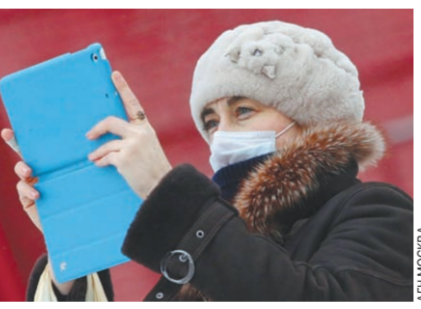
— Все зависит от степени нагрузки на них. При сверхнагрузках в спорте различные упражнения (поднятие тяжестей, бег, прыжки, глубокие приседания) могут приводить к микротравматизации суставов и окружающих тканей и тем самым способствовать более раннему развитию артроза разных суставов. Но умеренные нагрузки даже полезны.

— Есть ли в нашей стране эффективные виды лечения ревматических заболеваний? Насколько они доступны людям? И достаточно ли специалистов в этой области?

— В крупных ревматологических центрах России есть все условия для ранней диагностики, медикаментозная терапия назначается в соответствии с самыми последними международными рекомендациями, — считает наш эксперт профессор Дмитрий Каратеев. — Но нехватка профессионалов-ревматологов, к сожалению, имеется, и значительная (в зависимости от региона). Поэтому есть проблемы с доступностью ревматологической помощи — это связано как с экономическими, так и организационными проблемами нашего здравоохранения.

Александра ЗИНОВЬЕВА.

ГРИПП



СНИМАЕМ МАСКИ? Заболеваемость ОРВИ в Москве снизилась почти на 30%

Как сообщили в Роспотребнадзоре, эпидемия гриппа в столице закончилась. За минувшую неделю заболеваемости оказалось ниже эпидемиологического порога: по сравнению с предыдущей неделей (с 8 по 14 февраля) она снизилась на 29,6%. Но...

Медицинские маски снимать, может, пока не стоит? Заболеваемость за прошлую неделю снизилась лишь на треть. И эпидемиологи будут продолжать мониторить ситуацию. Также пока не планируются отменять ограничительные мероприятия по ОРВИ и гриппу в образовательных и медицинских учреждениях.

Александра ЗИНОВЬЕВА.

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

БЕЗЖАЛОСТНЫЙ ДИАГНОЗ

Трехлетняя Саша живет с мамой, папой и сестренкой Аришей в Казахстане в городе горняков Рудном. У девочки редкое врожденное заболевание — буллезный эпидермолиз, при котором на коже от любого прикосновения образуются пузыри и раны. Из-за незаживающих ран у Саши срослись пальцы на руках и ногах. Разъединить их поможет только сложная, дорогостоящая операция. Саша появилась на свет с содрнанной кожей на ручке и ножке.

— Что это? — испугалась акушерка. Но врач только пожал плечами. — У меня началась истерика, — вспоминает Жена, мама Саши. — Я кричала, что она умрет! Всю ночь редела, пока врачи не выкололи мне успокоительное.

Дело в том, что несколько лет назад Жена пережила трагедию: ее первенец, Мирон, родился с таким же повреждением кожи, как у Саши. Тогда Жена впервые услышала о буллезном эпидермолизе — «синдроме бабочки»: кожа у больных такая же нежная и уязвимая, как крылья бабочки. Мирон тогда был единственным ребенком в Казахстане с таким заболеванием, врачи боялись до него дотронуться. Лечили соком алоэ и другими народными средствами. Мальш промучился два месяца и умер от инфекции. А у Жени появились первые седые волосы. Ей было двадцать.

Молодой маме никто не сказал, что болезнь эта — генетическая. И что «сломаный» ген может испортить жизнь ее будущим детям. В таких случаях необходимо делать генетическую экспертизу. Жене же врачи сказали, что таких детей один на миллион — и этот ужас больше не повторится. Но он повторился... — Наутро я пришла в себя, — продолжает Жена. — И побежала в палату интенсивной терапии. Как она там без меня всю ночь? Подошла к кроватке и увидела, что моя девочка тихо спит. Я позвонила мужу и сказала, что у нас самая красивая девочка на земле и с этого дня я буду бороться за нее.

Жена уже по опыту знала, что пузырьки, которые образуются на коже, надо проколоть стерильной иглой, и тогда ранка быстро заживет. Но ее выгоняли из палаты со словами: «Я кто такая, чтобы нас учить?» С ног до головы малышку оборачивали бинтами, как египетскую мумию. А наутро приехавшие к ранкам бинты отдирали вместе с кожей.

Новорожденная Саша охрипла от крика. Из роддома малышку перевели в областную детскую больницу, в отделение патологии новорожденных. Лечение заключалось в удалении поврежденной кожи и обработке антисептиком. Для профилактики инфекций Саше кололи гормоны и антибиотики.

Через два месяца малышку отправили в ту самую больницу, где когда-то лежал ее братик Мирон.

По словам Жены, после лечения кожа девочки была поражена на 80 процентов. Это была сплошная незаживающая рана, которая постоянно кровоточила. Саша потеряла много крови, ей делали несколько переливаний. Пальцы у девочки частично срослись, потому что в больнице ей плотно перевязывали кисти рук, не разделяя пальцы.

— Нам не до косметики, — объяснили Жене врач. — Мы спасали жизнь ребенка. Дома Жена училась ухаживать за своей бабочкой: обрабатывала раны, бинтовала. И продолжала искать информацию о буллезном эпидермолизе в Интернете. А когда прочла

ИЗ СВЕЖЕЙ ПОЧТЫ

Внимание! Цена лечения 250 000 руб. Фонд внесет 75 000 руб. Не хватает 175 000 руб. Лиза родилась с тяжелым дефектом — расщелиной губы и альвеолярного отростка. Чувства, которые я тогда испытала, словами не передать. Лиза не могла сосать грудь, захлебывалась, молоко обратно через нос вытекало. В полгода ей сделали операцию, в 9 лет — вторую. Основные дефекты исправляли, начали ортодонтическое лечение. Челюсти и зубы у Лизы формируются неправильно, поэтому лечение предстоит длительное. До сих пор мы сами обходимся, либо сами были небольшие, либо лечение покрывалось госгарантиями. Но сейчас дочке нужно более сложное ортодонтическое лечение, чтобы нормализовались контакты между зубными рядами верхней и нижней челюстей, а это очень дорого, таких денег мне негде взять. Детей воспитываю одна, сыну девять лет, работаю медсестрой. Мне самой не справиться. Помогите, пожалуйста! Светлана Благомыслова, г. Балашиха, МО.

Внимание! Цена лечения 106 800 руб. Давид родился раньше срока, весил всего 620 граммов при росте 29 сантиметров. Его легкие еще не сформировались, дышал самостоятельно мой мальчик не мог. Из родильного отделения его перевели в реанимацию, где он находился три месяца. У сына оказалось повреждение центральной нервной системы, гидроцефалия (водная головка мозга), бронхолегочная дисплазия тяжелой степени, ринопатия недоношенных (нарушение развития сетчатки. — Русфонд). Сначала Давид пошел на поправку, а потом ему стало хуже, его перевели в Морозовскую детскую больницу и там провели срочное шунтирование для удаления жидкости, скопившейся в полости головного мозга. Через несколько дней у сына начались судороги. Врачи сказали, что это эпилепсия и, пока приступы не прекратятся, нельзя проводить восстановительное лечение — ни физиопроцедуры, ни массаж. Давид сейчас нужно срочно обследовать, чтобы подобрать лекарства. Процесс это длительный, сложный и дорогой. Детей у нас трое, а работает только муж, таксист. Жилье снимаем. Мы в отчаянном положении, помогите нам, пожалуйста! Вся надежда на вас. Рузан Погосян, г. Сергиев Посад, МО.

РЕКВИЗИТЫ ДЛЯ ПОМОЩИ ЕСТЬ В ФОНДЕ. ВОЗМОЖНЫ ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОЖЕРТВОВАНИЯ (ПОДРОБНОСТИ НА САЙТЕ РУСФОНДА).

КОМУ МЫ УЖЕ ПОМОГЛИ ЛЕРУ ФЕДОРОВУ ПРООПЕРИРУЮТ В MARTE

5 февраля в «МК» и на сайте Русфонда мы рассказали историю двухлетней Леры Федоровой из подмосковной Ивантеевки. У девочки врожденный порок сердца — дефект межпредсердной перегородки, сердце работает с перегрузкой, размеры правых его отделов увеличены. Недавнее обследование показало, что дефект продолжает увеличиваться. Состояние девочки ухудшается, ей необходима срочная хирургическая вмешательство, операция на открытом сердце в условиях искусственного кровообращения. Прооперировать девочку готовы врачи московской Филатовской больницы. Но там лечение по квоте предусмотрено только для москвичей, а у Федоровой регистрация подмосковная. Для них операция будет платной. Рады сообщить: вся необходимая сумма (362 220 руб.) собрана. Анна, мама Леры, благодарит за помощь читателей «МК», РБК, сайта Русфонда, болельщиков ЖК «Динамо» (Москва). Примите и нашу признательность, дорогие друзья.

Читатели интернет-газеты «Лента.ру», «МК», сайта Русфонда, фонд ОПРД оплатили лечение детского церебрального паралича Даны Чернавских (2 года, 199 620 руб., Москва), препарат для эндоскопической операции Никите Голубу (14 лет, 178 022 руб., Курская область), хирургическое лечение Вовы Орельского (3 мес., 234 400 руб., г. Ногинск, МО), операцию на верхней челюсти Маше Морозовой (10 лет, 354 400 руб., Шелковский район, МО), оксигенатор для насыщения крови кислородом во время операции на бронхах и трахее Даше Рязовой (5 мес., 397 500 руб., г. Ульяновск).

Информация о больных детях предоставляется Благотворительным фондом помощи тяжелобольным детям, сиротам и инвалидам «РУСФОНД».



Саше Игнатенко требуется операция по разделению пальцев

историю русской девочки-бабочки, которой разделили сросшиеся пальчики в немецкой клинике, решила ответить дочку в Германии. Деньги собрали благотворители, и в феврале прошлого года Саша побывала во Фрайбурге. Там она прошла обследование, и немецкие врачи дали свои рекомендации по лечению. Из Германии Жена привезла целый мешок бинтов и повязок, которые не надо отдиравать вместе с кожей. Немецкие врачи говорили, что Саше необходимо разделить пальчики на ручках. Но в Германии такая операция иностранцу обходится в 30—40 тысяч евро за каждую руку. Тогда Жена обратилась в московскую детскую больницу имени Сперанского, где есть успешный опыт проведения таких операций. Там девочку готовы принять, но для ребенка из Казахстана это лечение платное. Доходы семьи Игнатенко более чем скромные, и оплатить дорогостоящую операцию им не по силам. — Мамочка, а ведь я не умру, как мой братик? — спрашивает Саша. — Нет, конечно, — отвечает Жена. — Мы полетим в Москву, врач разделит тебе пальчики на ручках, и ты будешь рисовать, играть на пианино и заплетать кукол кошечки.

Светлана ИВАНОВА.

Для спасения Саши Игнатенко не хватает 387 353 руб.

Заведующий 3-м хирургическим отделением ДГКБ №9 им. Г.Н.Сперанского (Москва) Олег Старостин: «У Саши буллезный эпидермолиз в тяжелой форме, поражение конулоусе не только кожи, но и суставов, сросшиеся пальцы обеих кистей рук не гибнут. Саше показана госпитализация в наш отделении для хирургического лечения: разделения пальцев кистей рук и устранения сгибательных контрактур. Наш опыт показывает, что в результате таких операций функция кистей восстанавливается. И у детей после проведенного лечения буквально начинается новая жизнь».

Внимание! Цена операции 387 353 руб.

Дорогие друзья! Если вы решите помочь Саше Игнатенко, пусть вас не смущает цена спасения. Любое ваше пожертвование будет с благодарностью принято. Все необходимые реквизиты есть в Русфонде. Можно воспользоваться и нашей системой электронных платежей, сделав пожертвование с банковской карты или электронной наличностью, в том числе и из-за рубежа. Экспертная группа Русфонда.

Руководитель Центра челюстно-лицевой хирургии Виталий Рогинский (Москва): «Для нормализации роста зубов и создания межзубных контактов Лизе необходимо лечение несъемной техникой на обеих челюстях. Так мы подготовим девочку к окончательному этапу лечения — ортодонтической операции и реконструктивной ринопластике (пластика носа)».

Руководитель специализированного центра диагностики и лечения эпилепсии и расстройств сна клиники «Планета Мед» профессор Василий Генералов (Москва): «Мальчику требуется обследование и подбор противосудорожной терапии под контролем специалистов. После купирования приступов можно будет начать восстановительное лечение».

МОСКОВСКИЙ ПРОЕКТ РУСФОНДА ДЛЯ ТЕХ, КТО ВПЕРВЫЕ ЗНАКОМИТСЯ С ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ РУСФОНДА

Русфонд (Российский фонд помощи) — один из крупнейших благотворительных фондов России, создан осенью 1996 года как журналистский проект помощи тяжелобольным детям. Проверив письма с просьбами о помощи, мы размещаем их на сайте фонда rusfond.ru, в газете «Московский комсомолец», «Коммерсантъ», в эфире Первого канала, в социальных сетях, в 148 печатных, телевизионных и интернет-СМИ в различных регионах РФ. Решив помочь, вы берете реквизиты фонда и действуете сами либо отправляете пожертвования через систему электронных платежей. Возможны переводы с кредитных карт, электронной наличностью и SMS-сообщением, в том числе из-за рубежа (подробности на rusfond.ru/moscow). Мы просто помогаем вам помогать. Всего за 19 лет собрано 7,6 млрд руб. На эти деньги мы помогли более чем 15 тысячам детей. В 2016 году (на 17 февраля) собрано 153 651 977 руб. Из них детям Москвы и Московской области — 9 386 234 руб. Фонд — лауреат национальной премии «Серебряный лучник». Награжден памятным знаком «Милосердие» №1 Министерства труда и социального развития РФ за заслуги в развитии российской благотворительности. Фонд организует акции помощи в дни национальных катастроф.

Стоимость сообщения — 75 рублей. Абонентам МТС и ТЕЛЕ2 нужно подтверждать отправку SMS. Адрес фонда: 123135, г. Москва, а/я 110, Русфонд; rusfond.ru; e-mail: rusfond@rusfond.ru; moscow@rusfond.ru; Телефон: в Москве 8-800-250-75-25 (звонок бесплатный), благотворительная линия МТС, тел./факс 8 (495) 926-35-63, с 10.00 до 20.00.



Пик заболеваемости ревматоидным артритом приходится на возраст от 40 до 50 лет

ЕСЛИ СУСТАВ ПОДУСТАЛ

«При артрозах на ранних стадиях можно ограничиться контролем массы тела»

— Для начала я бы разделил все эти заболевания, так как они различаются и по механизмам развития, и по своим проявлениям, и, соответственно, по лечению, — разъясняет Дмитрий Евгеньевич. — Традиционно их подразделяют на ревматические воспалительные болезни, поражающие суставы и позвоночник (артриты), и на невоспалительные (артрозы). Подразделение это условно, в последние годы выявляется все больше воспалительных механизмов при артрозах.

Тем не менее артрозы — это в первую очередь страдания суставного хряща. Наиболее значимы артрозы коленного и тазобедренного суставов. Они возникают обычно в возрасте после 40 лет в результате большой нагрузки на ноги, после травм суставов. Если человек работает больше стоя, у него риск артроза выше. И с возрастом риск артроза существенно повышается. Это самое распространенное ревматическое заболевание, в России официально зарегистрировано более 4 млн больных артрозами.

Ревматоидный артрит — самое частое воспалительное заболевание: в нашей стране, по официальной статистике, страдают порядка 286 тыс. человек (по данным эпидемиологического исследования, распространенность почти в 3 раза больше). Основная причина — сбой в иммунной системе, который вызывает аутоагрессию против собственных тканей. Поэтому, как правило, поражается много суставов. И если это воспаление не снять, эффекта в лечении не будет. К сожалению, из-за недостаточной доступности ревматологической помощи эта патология либо диагностируется поздно, либо проходит под названием других заболеваний.

А что касается лечения... При артрозах на ранних стадиях можно ограничиться контролем массы тела, дозированными упражнениями и нормализацией питания — обойтись без лекарств, считает наш эксперт. Другое дело, если заболевание запущено. Например, при 4-й стадии артроза суставной хрящ фактически отсутствует: он уже сошелся. При ходьбе это вызывает резкую боль и дальнейшую его деформацию. В данном случае и лекарствами проблему не решить. Даже если локально в сустав вводить стероидные гормональные препараты, кардинально они не повлияют на течение болезни.

Поэтому при артрозах изначально важны нормализация образа жизни, веса, дозированная лечебная физкультура. Они помогут сохранить суставы и снять боль. А при признаках прогрессирования назначаются препараты, которые помогут сохранить хрящ. Это дело сложное, т.к. с возрастом хрящ теряет влагу, истончается, становится более хрупким. Так называемые хондропротекторы (буквально — защитники хряща) призваны улучшить состояние тканей сустава, но на самом деле это медленно действующие симптоматические препараты. Принимать их надо в течение нескольких месяцев.

Кроме того, есть препараты для внутрисуставного введения, которые улучшают состав суставной жидкости. В первую очередь — это препараты гиалуроновой кислоты, которая собственно входит в состав нормальной суставной жидкости. В результате улучшаются смазывающие свойства этой жидкости, уменьшается внутрисуставное давление на хрящевые костные структуры и тем самым уменьшается болевые ощущения, улучшается подвижность в суставе.

И на третьем месте — противовоспалительные средства либо обезболивающие. Например, вполне доступный недорогой парацетамол: он и температуру снимет, и обезболит. Но все равно врачевный контроль обязателен. Следующий этап — нестероидные противовоспалительные

препараты. Они более серьезные и небезопасные, т.к. могут вмешиваться в другие воспалительные процессы в организме и вызывать нежелательные реакции. В частности, влияя на желудок, повышая артериальное давление, отрицательно сказываясь на работе печени (парацетамол в этом отношении также не безгрешен). Поэтому их надо принимать только после консультации врача, поскольку речь идет о людях молодого возраста, у кого есть сопутствующие заболевания.

Ревматоидный артрит может развиваться даже при пародонтите и курении

А при ревматоидном артрите (болезнь иммунной природы) с самого начала необходимо мощное противовоспалительное лечение — оно основное. Эта болезнь может возникать в любом возрасте. Пик заболеваемости приходится на возраст от 40 до 50 лет.

Ревматоидный артрит может развиваться даже при пародонтите и курении

На вопрос, является ли московская сырая погода фактором воспалительных ревматоидных патологий (в городе долгие месяцы холодно и сыро), Дмитрий Евгеньевич ответил: «Погода провоцирует обострение ревматоидных заболеваний. Сами же артрозы однозначно появляются на фоне избыточного веса, больших физических нагрузок, травм суставов. В первую очередь коленных и тазобедренных. А вот артроз суставов кистей часто возникает у людей, кто трудится физически. И переохлаждение рук способствует этому заболеванию — в них нарушается кровообращение».

— Сказывается ли на заболевании суставов, позвоночнике ежедневное многочасовое сидение в одной позе у компьютера? Сегодня офисные работники, а это огромная часть населения России, практически весь рабочий день проводят у монитора...

— В целом это не является причиной серьезных болезней суставов, — считает эксперт, — но вредит позвоночнику. Длительная работа за компьютером у некоторых людей может вызвать поражение сухожилий и связочного аппарата кисти. К счастью, сегодня для каждой ревматической болезни есть свое обследование и свое лечение. Из диагностических методик наиболее современные иммунологические, позволяющие определять разного вида антитела при разных заболеваниях. Если говорить о массовых болезнях, о том же ревматоидном артрите, то в последние несколько лет широко применяется выявление так называемых антицитруллиновых антител. Это специфичная методика, позволяющая определять причины заболеваний (при иммунных патологиях их несколько).

Открытие таких антител позволило выявить неизвестные доселе факторы. Например, оказалось, что антитела вырабатываются на определенные изменения структуры белков. Функционально они работают нормально, но иммунная система их воспринимает как чужеродные. Это процесс цитруллинирования проходит, например, при воспалительных заболеваниях полости рта (при пародонтите). Это гипотеза, что во многом виноват сахар: когда он стал широко доступен в Европе (в середине XIX в.), у многих начал развиваться пародонтит, при этом ревматоидный артрит также стал диагностироваться чаще. Меняется структура белков и в легких при курении. Такая связь с инфекциями и с курением объяснима: как и другое меняет структуру белков — все это факторы риска артрита. Особенно это касается курящих женщин — риск ревматоидного артрита у них в несколько раз выше.

В целях точной диагностики сегодня используются и тест-системы, выявляющие генетические маркеры. Если они есть, это указывает на повышенный риск хронической воспалительной патологии в суставах и в позвоночнике. А еще инструментальные методики: УЗИ суставов

НЕОТЛОЖКА

Table with 3 columns: НАЗВАНИЕ, СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ, АДРЕС, ТЕЛЕФОН. Contains information about 'МИР СЛУХА' and 'ЭКСИМЕР' clinics.

Перед приемом лекарственных средств, обращением за медицинскими услугами или приобретением медицинской техники необходимо ознакомиться с инструкцией по применению (в т.ч. на предмет наличия противопоказаний) либо получить консультацию специалистов. По вопросам размещения рекламы обращаться по телефону: (495) 781-47-40