

# Если изношены суставы

По оценкам экспертов на сегодняшний день от 10 до 15% населения Земли страдает артрозами. Причём первые признаки заболевания люди обнаруживают у себя уже в 30-40 лет, после 50 лет этим заболеванием страдают уже 27% людей, а после 65 почти 90% всех живущих на нашей планете так или иначе хорошо знакомы с артрозом. В России остеоартрозом страдает порядка 15 млн человек.

Что же такое артроз? Артроз — это заболевание «изношенных» суставов, возникающее из-за нарушения обменных процессов в организме или травмы. «Виной» всему — разрушающаяся хрящевая прослойка в суставе или между позвонками. Со временем прослойка теряет эластичность, разрушается, истончается, и именно поэтому мы слышим «хруст», который возникает из-за трения не защищённых прослойкой костей друг о друга. Когда

прослойка разрушена совсем, человек уже не может двигать суставом.

Артроз можно «услышать» на ранней стадии, хотя первые признаки у разных людей проявляются по-разному. Это может быть и почти всем знакомый «хруст», и припухлости в суставах, ощущение ломоты, затруднения при сгибании-разгибании, боли в коленях, бедренном суставе или тазе при спуске или подъёме по лестнице. Даже просто любой дискомфорт при движении — это уже

повод обратиться к врачу, ведь болезнь можно вовремя распознать и бороться, а можно и запустить. К сожалению, уровень инвалидности при запущенном артрозе весьма высок. Иногда артроз является «расплатой» за красоту: он часто возникает у женщин — любителей модной, но неудобной обуви. Артроз — довольно коварное заболевание, ведь причиной его может стать и плоскостопие, и даже иногда заболевания желудка и толстого кишечника, когда из организма вымываются нужные вещества. Так, к поражению суставов может привести дисбактериоз.

Но с артрозом можно успешно бороться, и одним из главных «воинов» в этой борьбе является физиотерапия. Если для снятия острых симптомов и облегчения

состояния больного назначается медикаментозное лечение, то для достижения устойчивого эффекта и излечения без физиотерапии не обойтись.

Существует множество методов физиотерапии, применяемых при деформирующем остеоартрозе, каждый из которых лечит артроз по-своему. Отдельных слов заслуживает магнитотерапия, то есть способ лечения магнитными полями. Учёные выяснили, что при определённом воздействии магнитного поля на биологические ткани можно получить множество полезных эффектов: улучшаются свойства крови, уменьшаются или исчезают воспалительные процессы, нормализуется тонус сосудов, улучшается кровоток и лимфоток, ускоряются про-



цессы заживления и оздоровления. То есть при воздействии магнитного поля на сустав в нём улучшаются обменные процессы, уменьшаются и снимаются воспалительные процессы, запускаются процессы восстановления. Но для успеха лечения нужно проводить курсы несколько раз в год. Одно из важнейших достоинств этого метода лечения заключается в том, что магнитотерапию легко пе-

реносит даже ослабленные больные и пожилые люди. Кроме избавления от боли у пациентов наблюдается улучшение общего состояния организма.

И, напоследок, обратим внимание на ещё одно из достоинств и удобств физиотерапии: её успешно можно проводить в домашних условиях!

И. А. Стаценко,  
к. м. н., врач-ортопед

## Я отказывалась принимать то, что моя болезнь необратима и дело идёт к операции

• личный опыт

Можно ли вылечить АРТРОЗ?

Мне на себе пришлось испытать, что такое артроз. В 45 лет, после перенесённой травмы колена, начали мучить боли, особенно при движении. Доведя проблему со здоровьем до критического момента, обратилась на свой участок в поликлинику.

Там мне поставили диагноз — артроз коленных суставов 2-3 степени в стадии обострения. Лечение: обезболивающие и противовоспалительные препараты, а также хондропротекторы.

Затраты, я вам скажу, очень приличные. Мазь от 300 рублей и выше — тюбика хватает на три дня, хондропротекторы — на месяц упаковка тогда стоила около 1500 рублей, курс назначили 6 месяцев.

В общем, за полгода я потратила на лечение по данной схеме около 20 тысяч рублей. Улучшений не наступало, и поэтому обратилась по знакомству на другой участок. Посмотрев историю болезни, мне прописали радикальное средство — уколы в коленный сустав, которые мне должны были обеспечить как минимум три месяца жизни без боли. Но уколы — это временная мера, и болезнь может прогрессировать вплоть до того, что придётся делать операцию.

Я не могла смириться с тем, что моя болезнь необратима и ведёт к операции. Отказавшись лечиться по такой схеме, попросила направление к специалисту в областную клиническую больницу. Там, изучив моё состояние, мне назначили... только физиотерапию.

И всё? Весь месяц я ходила на процедуры, плача от боли, по ночам даже спать не могла. Занятия физкультурой в бассейне с тёплой водой, грязи, массаж, магнитотерапия, токи, ультразвук. И через три недели выписалась с некоторыми улучшениями, обострение ушло на какой-то пери-



од. Перед выпиской мне было предписано лечение в домашних условиях на длительное время. «Слишком запущенное состояние. Начало положено, а дальше всё зависит только от того, насколько серьёзно относиться к лечению болезни».

Каждый день перед сном (это важно, чтобы после процедур не нагружать сустав и держать его в тепле) проводить процедуру аппаратом АЛМАГ по 20 минут на каждую коленку — почти месяц. А затем через месяц — повторные курсы магнитотерапии.

В условиях воспалительного процесса приём лекарственных средств бесполезен для суставов, так как в больную зону практически ничего не попадает из-за отёчности и нарушения кровообращения. АЛМАГ позволяет решать проблему с кровообращением.

Если восстановить кровообращение и снять воспалительный процесс, то нормальное питание сустава восстановится само собой и то, что нужно,

можно будет получить из обычной пищи. Оказывается, для этого можно ввести в рацион продукты из желатина, бульоны на костях. Это действительно и дешёво в отличие от хондропротекторов.

А при наличии болей никакой гимнастики делать нельзя, надо ограничить нагрузку на суставы. Для исчезновения болей нужно опять же использовать АЛМАГ.

С тех пор прошло несколько лет, я регулярно наблюдаюсь в том же месте и стараюсь выполнять все рекомендации.

Лечусь АЛМАГОМ дома. Несколько раз в год — не меньше трёх недель. Причём лечусь АЛМАГОМ независимо от того, беспокоит меня артроз или нет, я не хочу снова довести ситуацию до критической: не довожу болезнь до обострения.

Конечно, очень жаль, что вылечить артроз при моей стадии не получилось, но я рада и тому, что могу ходить и жить без боли и не даю развиваться заболеванию в худшую сторону.

### Магнитотерапевтический аппарат

## АЛМАГ-01



- Показан при остеохондрозе, артрите, артрозе, невралгии, гипертонии, бронхите, гастрите, варикозной болезни и др. заболеваниях.
- Гибкая конструкция. Удобное лечение без посторонней помощи.
- Компактен. Аппарат можно брать с собой в поездку, на дачу.

АЛМАГ-01 — технология здоровья, проверенная на практике.

Рег.уд. № ФСР 2007/00136 от 14.12.2009 реклама

### Магнитотерапевтический аппарат

## АЛМАГ-02

- Показан при
- всех видах артроза, в том числе полиартрозе, коксартрозе,
  - атеросклерозе сосудов, венозной недостаточности, тромбозе, лимфедеме,
  - инсульте,
  - бронхиальной астме,
  - осложнениях сахарного диабета,
  - заболеваниях печени,
  - панкреатите, мочекаменной болезни и др. заболеваниях.

АЛМАГ-02 — новый уровень лечения сложных заболеваний.

Рег.уд. № ФСР 2009/04790 от 22.04.2009 реклама

## Приобрести аппараты Елатомского приборного завода вы можете в Перми с 1 по 10 ноября



Перммедтехника  
Медтехника  
Центры диабета  
МедТехникаПермь  
Медтехника «В норме»  
Сеть аптек «Бережная аптека»  
Сеть аптек «Планета здоровья»  
Сеть аптек «Лекса»  
Сеть аптек «Будь здоров»  
и «ПЕРМФАРМАЦИЯ»

☎ (342) 224-79-02  
☎ (342) 229-77-00  
☎ (342) 221-68-62  
☎ (342) 244-08-48  
☎ (342) 288-73-73  
☎ (342) 202-33-70  
☎ (342) 219-84-84  
☎ (342) 249-44-44  
☎ (342) 241-11-01

Также заказать приборы вы можете наложенным платежом: 391351, Рязанская область. Елатьма, ул. Янина, 25.

Сайт [www.elemed.com](http://www.elemed.com)

Получить подробную информацию по применению аппаратов можно по телефону «горячей» линии 8-800-200-01-12 (звонок бесплатный).

ОАО Елатомский приборный завод» - торговая марка ЕАЛМЕД. ВСЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, ЗДОРОВЬЕ ДЛЯ ВАС!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА