Zdravě.cz / Centrum.cz

TÉMA [**Revma, artróza, artritida**](https://revma-artroza-artritida.zdrave.cz/)

**Osteoartróza - otázky a odpovědi**



Onemocnění kloubů postihuje v České republice přibližně 12 % populace, 80 % lidí starších pětapadesáti let. Víte vše důležité o osteoartróze? Na nejdůležitější a nejčastěji kladené otázky odpovídá MUDr. Eduard Šťastný z ortopedické kliniky 2. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Fakultní nemocnice Motol.

**Co je to osteoartróza?**

Osteoartróza, zkráceně **artróza**, je **chronické kloubní onemocnění**, při kterém dochází k postupnému ubývání kloubní chrupavky. Projevuje se bolestmi a omezením hybnosti kloubu.

**Proč k ní dochází?**

U primárního typu není příčina doposud objasněna. Tzv. **sekundární artróza** se rozvíjí nejčastěji následkem úrazu (poškozením menisku, předního zkříženého vazu, přímým poraněním chrupavky), na podkladě vrozené vady (dysplazie kyčelního kloubu), při systémových zánětlivých onemocněních (revmatoidní artritida) nebo při metabolických onemocněních.

**Jaké klouby jsou nejčastěji postiženy?**

Nejčastěji jsou postižené nosné klouby dolních končetin - kyčel, koleno, hlezenní kloub, ve vyšším věku i páteř a drobné klouby rukou.

**Existují i jiné metody léčby, než užívání léků?**

Zcela nezbytnou podmínkou úspěšné konzervativní léčby je dostatečný **pohybový režim, správná výživa a korekce hmotnosti**. Postižený by se měl také vyvarovat jednostranné zátěže, nadměrného přetěžování pohybového aparátu.

**Co jsou to chondroprotektivní látky (SYSADOA)?**

Jedná se o léky nebo doplňky stravy (např. PROENZI 3), které snižují bolesti kloubů a zlepšují strukturu kloubní chrupavky a funkci kloubů (SYSADOA - příznaky ovlivňující léky s pomalým účinkem). Jejich účinek nastupuje zhruba po 4 týdnech od začátku podávání a přetrvává až 2 měsíce po jejich vysazení.

**Jaká je úloha analgetik a nesteroidních antirevmatik při léčbě artrózy?**

**Analgetika pouze tlumí bolest**, **nesteroidní antirevmatika (NSAR) mají i protizánětlivý účinek.** Přináší okamžitou úlevu, ale každý pacient je vystaven riziku různých vedlejších nežádoucích účinků. Mezi nejzávažnější patří krvácení do zažívacího traktu. Současné užívání chondroprotektiv vede k podstatnému snížení dávky NSAR.

**Lze rozvoj artrózy zpomalit operací?**

Artroskopické metody ošetření menisků a zkřížených vazů umožňují zamezit relativně rychlému poškození kloubního povrchu. V současné době při ohraničených defektech kloubní chrupavky lze provést transplantaci chrupavky či její překrytí speciální kolagenní síťkou. I metoda návrtů defektu s aplikací růstových faktorů se zdá být velmi nadějnou.

**Má význam zabývat se léčbou osteoartrózy v době implantací endoprotéz?**

**Voperování umělé kloubní náhrady** vede k úplnému odstranění kloubních ploch, takže se jedná o nevratný výkon. I přes vyspělou technologii výroby a volbu odolných materiálů dochází k postupnému odbourávání vazby mezi endoprotézou a kostí. Každá další operace je spojena s často horšími výsledky ve smyslu bolestí a omezení hybnosti umělého kloubu.

**Kloubní náhrada** je až to poslední řešení. Měli bychom být tedy ke svým kloubům šetrní už od doby, kdy naše kostra přestane růst a začne stárnout. Vždyť na klouby dolních končetin je vyvíjen tlak, který převyšuje čtyřnásobně váhu lidského těla. Dopřejte proto kostem, chrupavkám a šlachám dostatek vitaminů, minerálních látek a kolagenu, a hlavně přiměřeného pohybu.

<https://revma-artroza-artritida.zdrave.cz/osteoartroza-otazky-a-odpovedi/>