

Шидловский И. С.

ОСТЕАРТРОЗ

**Научные руководители д-р мед. наук, проф. Гончарик И. И.,
ассистент Новикова Т. П.**

*Кафедра пропедевтики внутренних болезней
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

Остеоартроз (ОА) - дегенеративно-дистрофическое заболевание суставов, причиной которого является поражение хрящевой ткани суставных поверхностей.

На данный момент распространенность на всем земном шаре составляет около 7 %, из которых 95 % это пожилые люди старше 65 лет. По данным ВОЗ количество людей, страдающих ОА увеличится до 53 % к 2020 г.

Существуют различные факторы, способствующие развитию ОА, такие как: приобретенные (возраст, приобретенные заболевания костей и суставов, избыточный вес и т.д.), генетические и факторы внешней среды.

Главными клиническими признаками служат боли в суставах в покое и при нагрузках.

Классификация ОА: первичный и вторичный, локальный и генерализованный.

Существует 5 принципов питания для профилактики ОА.

1-й – сбалансированное питание.

2-й – правильное питание, при котором в организм поступают все необходимые питательные вещества.

3-й – питание должно быть дробным, а главное регулярным.

4-й – качественное приготовление пищи.

5-й – потребление алкоголя в разумных пределах.

Лечение ОА может быть медикаментозным и немедикаментозным.

К немедикаментозным принципам лечения относятся домашние методы (холод, тепло), а также курс специальных упражнений в поликлиниках (ЛФК).

А также в данной научной работе будут представлены локальной и системной терапии ОА.