

Просит помощи сустав



Л.В. Лучина,
д-р мед. наук, проф.,
врач-ревматолог
ГКБ № 31

ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ РЕВМАТОИДНОГО АРТРИТА, КАК И ЛЮБОГО ДРУГОГО АУТОИММУННОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ, ДО СИХ ПОР НАУКЕ НЕ ЯСНЫ. НУ, В САМОМ ДЕЛЕ, С КАКОЙ СТАТИ НАША ИММУННАЯ СИСТЕМА, КОТОРАЯ ПО ИДЕЕ ДОЛЖНА ЗАЩИЩАТЬ НАС ОТ БОЛЕЗНЕТВОРНЫХ ВИРУСОВ И БАКТЕРИЙ, ВДРУГ БРОСАЕТСЯ УНИЧТОЖАТЬ АБСОЛЮТНО ЗДОРОВЫЕ КЛЕТКИ ОРГАНИЗМА?!

Ученые уже давно бьются над вопросом: что провоцирует развитие этого опасного заболевания суставов. Версий выдвигается множество, но ни одна так до сих пор и не была признана основополагающей. Так что вопрос остается открытым.

Сплошные тайны

Экология, вредные привычки, неправильное питание, стрессы – все эти причины ухудшают иммунный статус человека, а значит, могут привести к развитию недуга, но их влияние – лишь косвенное. Может, виновата инфекция? Но исследования выявили, что вирусы способны выступать лишь провоцирующим фактором, но никак не причиной этой загадочной болезни. Тогда генетика? Несомненно, но тоже лишь отчасти. Несмотря на то, что у людей, чьи близкие родственники страдают ревматоидным артритом, риск заболеть повышается в 3–5 раз, генетический фактор не считается основным. Ведь по наследству передается не болезнь, а только предрасположенность к аутоиммунным нарушениям. Также пока еще не доказана гипотеза о том, что в развитии этой патологии главную роль играют женские половые гормоны (хотя достоверно известно, что дамы в 3 раза чаще страдают ревматоидным артритом, чем мужчины).

Свое объяснение происхождения непонятной болезни имеется даже у психологов. Знайки человеческих душ заметили, что артрит и другие заболевания суставов обычно поражают чересчур мягких, безотказных людей, которым не хватает смелости говорить “нет”.

Без путаницы

Многие путают артрит и артроз. Но, несмотря на фонетическую схожесть обоих слов и то, что при этих болезнях страдают суставы, недуги эти абсолютно разные.

Ревматоидный артрит – аутоиммунное, а артроз – дегенеративное заболевание, возникающее в результате старения хрящей или травм. Артроз считается болезнью преимущественно пожилых людей (после 60–70 лет он диагностируется у 60–70%), тогда как ревматоидному артриту покорны все возрасты: в одинаковой степени им болеют и дети, и молодежь, и старики. При артрозе деструктивные изменения возникают сначала в хряще и костной ткани, и только потом поражается внешняя (синовиальная) оболочка сустава. Ревматоидный артрит начинается с воспаления оболочки, а ниже расположенные ткани страдают уже вторично. Таким образом, обе эти болезни хоть и отличаются друг от друга, но все же взаимосвязаны – так, например, нередко на фоне уже существующего артроза (обычно у людей преклонного возраста) вторично развивается артрит. Да и от артрита до артроза тоже рукой подать.

Последствия ревматоидного артрита более опасны для организма, чем результаты развития артроза. Ведь поломка в иммунной системе влечет за собой не только суставные проблемы, но и патологические изменения в большинстве органов и систем организма: в сердце, сосудах, почках, легких и т. д. В течение первых 5 лет от начала развития ревматоидного артрита инвалидом становится каждый второй заболевший.

Лечение артрита и артроза абсолютно разное. Справиться с запущенным артрозом можно с помощью эндопротезирования искусственного сустава, при артрите этот спо-

соб поможет только вернуть подвижность конечностям, но остановить болезнь он не в состоянии.

Нужна артроскопия

Артрит чаще всего начинается с мелких суставов кистей (обычно поражения бывают симметричные, на обеих руках). Боль, припухлость, повышение температуры в области суставов – такова клиническая картина недуга. Артроз, как правило, первым делом возникает на крупных суставах – коленных, тазобедренных. Но бывает, что и ревматоидный артрит стартует нетипично, и тогда вначале страдают суставы коленей или таза. Кстати, такое начало болезни наиболее опасно с прогностической точки зрения. Поэтому очень важна дифференциальная диагностика.

Как ни банально, но залог успеха в лечении артрита – своевременное обращение к врачу.

На ранней стадии недуга, пока еще не подключились аутоиммунные процессы (первые 6 месяцев от начала болезни), можно приостановить развитие патологии. С течением времени исправить ситуацию будет гораздо сложнее. Поэтому пациентам, как только у них появилась небольшая припухлость в суставах, нужно как можно скорее посетить ревматолога, сделать рентгенографию суставов (обязательно симметричных, на обеих руках или ногах) и сдать общий клинический анализ крови. Признаки болезни: скорость оседания эритроцитов больше нормы и высокий ревматоидный фактор (признаки аутоиммунного заболевания). Большую роль играет фактор некроза опухоли. Если он будет выявлен, прогноз на течение болезни – не самый благоприятный. К счастью, в настоящее время есть лекарственные препараты, которые могут эффективно влиять на этот фактор.

Диагностический, а одновременно еще и лечебный метод – артроскопия. Его назначают, когда при болезни поражаются крупные суставы, и у врача есть сомнения в диагнозе: артроз ли это или ревматоидный артрит.

Артроскопия на сегодня – самый информативный способ диагностики заболеваний суставов, потому что оценить клиническую картину вслепую очень трудно, а благодаря этому методу можно воочию увидеть, что происходит внутри организма. Через 2–3 прокола размером не больше 5 мм в полость сустава вводятся необходимые инструменты. Прибор-артроскоп освещает все изнутри и благодаря присоединенной видеокамере позволяет увидеть на экране монитора все структуры сустава, причем в увеличенном (в 40–60 раз!) виде. При операции на коленном суставе обычно применяют спинальную анестезию: укол в область позвоночника, от которого чувствительность теряет только нижняя половина тела. При помощи артроскопа врач получает возможность оценить

степень развития патологии. На ранней стадии заболевания (когда от начала болезни прошло не больше 6 месяцев) на внешней оболочке, покрывающей капсулу сустава, видны отек и покраснение. На сроке 8–12 месяцев появляется гипертрофия синовиальной оболочки. После года с момента начала заболевания возникают пролиферативные и фиброзные изменения, а также полипы.

Но артроскопия нужна не только для постановки диагноза. С ее помощью также можно лечить больные суставы. Во время такой операции можно взять биопсию синовиальной оболочки, промыть сустав, вводить в него лекарственные средства и совершать другие лечебные манипуляции. Щадящие артроскопические операции минимально травмируют ткани, не допускают большой кровопотери. Пациент может ходить уже вечером в день операции. Послеоперационных осложнений практически не бывает.

Вместо мяса – рыба

Важную роль в лечении болезней суставов играет диета. Известно, что содержащаяся в продуктах животного происхождения арахидоновая кислота в нашем организме распадается на особые биологически активные вещества, так называемые эйкозаноиды, которые вызывают воспаление суставов. А вот содержащиеся в рыбе полиненасыщенные жирные кислоты омега-3, наоборот, препятствуют накоплению вредной арахидоновой кислоты. Эти вещества помогают синтезировать в организме простагландины – противовоспалительные вещества, которые уменьшают боль и воспаление при артрите. Помимо рыбьего жира полиненасыщенные кислоты находятся в растительных маслах, самое полезное из которых – оливковое. Ограничить при болезни суставов полезно алкоголь, кофе, шоколад, картофель, крупы и зерновые продукты. Такая пища провоцирует воспаление. Взамен запрещенных лакомств следует отдавать предпочтение богатым кальцием молоку и молочным продуктам.

Главный борец против воспаления – “витамин молодости” Е. Он препятствует преобразованию арахидоновой кислоты в то самое вещество, которое приводит к воспалению. Благодаря этому свойству витамин Е давно используется в составе препаратов для лечения артрита. Свойствами антиоксидантов также обладают многие овощи и фрукты, богатые биофлавоноидами – природными антиокислителями, а также такие минералы, как селен, медь, цинк и железо. Кроме того, полезны никотиновая кислота – она способствует уменьшению боли и увеличению подвижности суставов и пантотеновая кислота – совместно с другими витаминами группы В помогает восстановлению хрящевой ткани и уменьшению боли.

Записала Елена Нечаенко