

Остеоартрит: проблема світового масштабу

ОА Є ГОЛОВНОЮ ПРИЧИНОЮ ВИНИКНЕННЯ ОБМЕЖЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

520 МІЛЬЙОНІВ ЛЮДЕЙ В УСЬОМУ СВІТІ МАЮТЬ ОСТЕОАРТРИТ (ОА)



60%

від усіх випадків ОА припадає на коліно

Глобальне дослідження 291 випадку показало, що ОА у кульшовому та колінному суглобах займає

11-те

місце серед найбільш високих показників обмеження життєдіяльності



9.6

мільйонів років прожили з обмеженою життєдіяльністю від ОА в усьому світі у 2017 році

У період з 1990 по 2019 рр. число людей в усьому світі, які постраждали від ОА збільшилось на

48%



Що таке остеоартрит?

ОА є **найбільш поширене захворювання суглобів**. ОА може уразити будь який рухомий суглоб, частіш за все це колінний, кульшовий та зап'ястковий суглоби.

ОА це хвороба. ОА може початись із незначної або суттєвої травми суглобу. На початку процесу захворювання організм ще має ресурси для відновлення.

Коли хвороба прогресує система відновлення організму може не встигати і тканини суглобу починають руйнуватись, включаючи витончення хряща, зміну форми кісток, кісткові розростання та запалення.

Незважаючи на ці зміни, суглоб все ще може нормально функціонувати, без болю та скутості.



ОА характеризується:

- болем
- функціональним порушенням
- слабкістю м'язів
- скутістю суглобу
- зниженням якості рівня життя, пов'язаного із здоров'ям



Що викликає ОА?

Точна причина появи ОА ще не з'ясована. До чинників, що підвищують ризик появи ОА належить:

- надмірна вага або ожиріння
- попередня травма суглобу, операції на суглобі
- ваша генетика (напр. сімейна історія ОА)

ОА може бути клінічно діагностований без проведення дослідження якщо людина:

- має вік 45 років та більше*
- має біль суглобу, який пов'язаний із фізичною активністю і
- має будь яку ранкову скутість у суглобах або ранкову скутість, яка триває не довше ніж 30 хвилин

* ОА може бути діагностований у людей віком до 45 років, зазвичай це трапляється після травматичного ушкодження суглобу.



Як фізичний терапевт може допомогти при ОА?

Вправи є першим засобом у лікуванні ОА. Окрім допомоги у виборі кращих вправ, фізичні терапевти надають консультації та навчають щодо полегшення болю та способів контролю за ОА. Вони можуть навчити вас, як покращити рух суглобів та ходу, а також збільшити силу м'язів.

Якщо вам потрібна заміна суглобу, ви, швидше за все, відвідаєте фізичного терапевта до, та після операції. Фізичний терапевт допоможе вам підготуватись до отримання максимальної користі від операції та допоможе відновитись після операції.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday



World
PT Day
2022

8 SEPTEMBER