

Лечение подагры

Подагра — хроническое заболевание, вызванное переизбытком мочевой кислоты в крови и тканях, в результате которого возникают внезапные приступы артрита. В СНГ это заболевание встречается в среднем у 0,1 % населения. За лечением подагры обращаются 400 человек из 100000. Среди ревматических заболеваний на долю подагры приходится 2-5%.

Причины заболевания подагрой

К развитию заболевания приводит нарушение обмена веществ, в результате чего в организме возникает дефицит гипоксантингуанинфосфорибозилтрансферазы - фермента, обеспечивающего синтез пуриносодержащих оснований. Это ведёт к избытку пуринов, распадающихся до мочевой кислоты, накоплению её в суставах и воспалению.

Подагра может развиваться как следствие при заболеваниях крови, пороках сердца, лёгочных заболеваниях, опухолях, кетоацидозе, бериллиозе, псориазе, алкоголизме.

Следует уделить особое внимание влиянию алкоголя на развитие подагры. Как правило, больные подагрой употребляют алкоголь в повышенных количествах. Доказано многими исследованиями, что злоупотребление спиртным повышает уровень мочевой кислоты и способствует прогрессированию подагры.

Факторами, которые могут спровоцировать подагрический приступ, являются:

- ожирение;
- повышенное употребление поваренной соли;
- приём обильной жирной, мясной пищи;
- употребление спиртных напитков;
- малоподвижный образ жизни;
- стрессы;
- травмы;
- переохлаждения;
- длительное голодание.

Приступ подагрического артрита – первый симптом подагры!

Началом подагры принято считать первый приступ артрита. В 50-70% случаев артрит начинается с первого плюсне-фалангового сустава на ноге, но первично могут поражаться и другие суставы. Нередко приступу подагры предшествуют предвестники: отсутствие аппетита, изжога, плохой вкус во рту, общая слабость, судороги в икроножных мышцах, чувство тревоги, озноб, дизурические явления. Боль быстро нарастает, иногда за считанные минуты, при этом она бывает настолько сильной, что прикосновения простыни мучительны для больного. Кожа над поражённым суставом блестящая, напряжённая, горячая на ощупь. Отмечается резкая болезненность при прикосновении и малейших движениях. Подагрический приступ может сопровождаться повышением температуры, общей слабостью, ознобом, потливостью, жаждой, тошнотой.

Диагностика подагры

В основе острого приступа подагры лежит артрит, возникающий как реакция суставной ткани на осаждение кристаллических уратов, вызывающих воспаление сустава. Первый суставной приступ знаменует начало подагры. Вторая суставная атака может возникнуть через несколько месяцев или даже лет. Но без соответствующего лечения подагры, атаки артрита становятся всё чаще, время ремиссии сокращается, удлиняется приступ, иногда до 1-2 месяцев, в процесс вовлекаются новые

суставы, в них появляются стойкие изменения, характерные для деформирующего артроза. Наступает следующий период – хронический. Боли в суставах становятся почти постоянными.

Диагностика подагры имеет свои сложности. Ведь подагрический артрит может протекать атипично: как подострый, ревматоидноподобный артрит. И весьма важно, чтобы впервые заболевший, попал на приём к врачу, хорошо знающему это заболевание.

В клиническом санатории Полтава - Крым для диагностики и лечения подагры разработан специальный профиль лечения "Ревматология и ортопедия", который включает: клинические анализы крови и мочи, биохимические исследования крови — мочевая кислота, креатинин, белковые фракции, холестерин, определяется уровень клубочковой фильтрации. В план обследования включается электрокардиография, УЗИ почек, исследование синовиальной жидкости и содержимого тофусов.

Лечение подагры

При резком обострении подагры пациенту назначается постельный режим. Ноге с воспаленным суставом придаётся возвышенное положение. На сустав прикладывают холодный компресс со льдом, а после уменьшения болевых ощущений согревающий компресс. Больному рекомендуют обильное питьё, в основном это кисели, компоты, молоко, разведенный лимонный сок - до 2,5 литров в день. Чаще всего для снятия острого приступа подагры врачи назначают - диклофенак, нимесулид, ибупрофен, аркоксию. Препараты необходимо принимать с первых часов приступа в максимально допустимой дозе для этих средств, учитывая состояние внутренних органов, уровень артериального давления и склонность к аллергиям. Их хорошо сочетать с парацетомолом. Дозу их по мере улучшения можно снижать. Хроническое течение подагры с поражением почек требует длительного применения аллопуринола в течение года. Перерывы делают на несколько месяцев при нормализации уровня мочевой кислоты.

Вне обострения способствуют восстановлению и улучшению функции суставов занятия лечебной физкультурой, ходьба, плавание.

В программу лечения подагры входит снятие острого приступа, изменение образа жизни:

- исключение алкоголя
- соблюдение режима труда и отдыха
- отказ от пикников и застолий
- нормализация массы тела

Питание играет весьма важную роль в лечении подагры. Очень важно изменить свои пищевые привычки: отказаться от мясных и рыбных отваров, мяса молодых животных, соусов, копчёностей, блюд из внутренних органов животных — печени почек, мозгов и т. д. , грибов, бобовых, кофе, шоколада.

Методы лечения подагры в санатории

Весьма эффективно для лечения хронической стадии и профилактики - лечение подагры в санатории. Больные подагрой могут посещать как питьевые, так и бальнеогрязевые курорты. Питьё минеральных вод улучшает вывод мочевой кислоты почками за счёт диуретического эффекта. Больным подагрой показаны для лечения бальнео- и грязевые курорты, где для лечения применяют хлоридно-натриевые, йодо-бромные, рапные, сероводородные, радоновые и другие лечебные ванны, грязелечение.

Стоит подробно поговорить о Сакском грязелечебном курорте. Благотворная сакская грязь, рапа, источники гидрокарбонатной минеральной воды, близость моря — природа создала здесь

идеальные условия для лечения больных подагрой и другими заболеваниями такого профиля. Врачами здешних здравниц накоплен значительный опыт диагностики и лечения подагры грязями.

В санатории «Полтава - Крым» для лечения подагры используют сакскую грязь в виде грязевых укутываний в количестве 6-10 процедур, рапные, минеральные, шалфейные ванны. Пациенту назначается диета № 6, гидрокарбонатная минеральная вода, физиолечение — электрофорез, ультразвук, амплипульс, лазеротерапия и другие. Улучшают кровообращение в суставах, конечностях вихревые ванны, планшетный душ, гидромассаж. Для улучшения функции суставов широко применяется лечебная гимнастика, гидрокинезотерапия.

Целебные силы природы в Саках не исчерпываются лечебной грязью, минеральной водой и морской рапой. По рекомендации врачей санатория, на курорте Саки можно прекрасно сочетать грязелечение с климатолечением: морскими купаниями, воздушными и солнечными ваннами. Эта природная «процедурная» поможет многим значительно поправить и укрепить своё здоровье.

Необходимый для эффективного лечения срок лечения подагры в санатории Полтава - Крым составляет от 16 до 21 дня. Как правило, грязелечение подагры в санатории вызывает продолжительную ремиссию, длительность которой зависит соблюдения пациентом диетических рекомендации и регулярности медикаментозного лечения. Для закрепления лечебного эффекта можно повторить лечение через 8-12 месяцев.