

## **Псориаз и артрит рядом.**

**Артрит** – одно из самых старейших заболеваний на земле. По данным ВОЗ, этим заболеванием страдает каждый десятый житель планеты. В настоящее время артритом называют большую группу болезней суставов, которая включает более 100 диагнозов. Болезни суставов стали настоящим бичом современного общества и представляют собой важную медицинскую и социально значимую проблему. Если раньше артриты чаще выявляли у пожилых людей, то сейчас эта болезнь стремительно молодеет. В основном страдает работоспособное население в возрасте от 30 до 50 лет. Женщины страдают этим заболеванием в пять раз чаще мужчин. Среди заболевших большой процент составляют дети. Через пять лет от начала заболевания половина пациентов становится инвалидами и утрачивают работоспособность.

Ученые пока не пришли к единому выводу, почему у одних людей возникает артрит, а у других нет. Обычно называются причины общего порядка, характерные для большинства болезней. Это инфекции, переохлаждение или высокая влажность, стрессы, нарушение обмена веществ, сбой в работе иммунной системы, чрезмерные физические нагрузки, последствия травмы, возрастные изменения в организме и другие. Замечено также, что у курильщиков шансы заболеть артритом выше.

**Артрит** это воспалительное заболевание, в результате которого в организме выделяются ферменты, разрушающие соединительную ткань сустава. Заболевание протекает остро или хронически. Острое «скручивает» человека в течение нескольких дней. Хроническое проявляет себя не так ураганно и может тянуться годами с периодами ремиссии. Для артрита характерны боли в суставах, возникающие преимущественно в покое и в ночное время. Утром такие пациенты, как правило, чувствуют выраженную скованность в руках и ногах, а в течение дня после движений пораженных суставов боль и скованность у них уменьшается. При этом заболевании происходят значительное ухудшение самочувствия, снижение веса, периодическое повышение температуры тела. Постепенно к этим симптомам присоединяются деформации и нарушения функционирования суставов, видоизменение кожных покровов над ними. При инфекционных артритах отмечается лихорадка и ознобы. Различается и внешний вид больных суставов: они увеличиваются в размерах, краснеют, становятся горячими на ощупь. Пациенты с артритами испытывают постоянную боль, ограничение подвижности, рано теряют трудоспособность.

**Самыми распространенными диагнозами среди артритов являются – ревматоидный артрит и подагра. Но меньше всего люди информированы о псориатическом артрите. Псориатический артрит развивается у лиц, страдающих псориазом.** Этим заболеванием страдают 0.1 процент населения Земли. Чем тяжелее протекает псориаз, тем выше вероятность развития псориатического артрита. Примерно у 10 процентов из них воспаляются суставы. Обычно страдают суставы пальцев рук и ног, запястья, локти и колени. Пальцы рук отекают так сильно, что становятся похожими на сосиски. А на ногтях появляются бугорки и впадины. Псориатический артрит также может поражать позвоночник и крестцово-подвздошное сочленение, тогда пациент жалуется на боли в позвоночнике или в области таза. Воспаление при этом заболевании может распространиться и на внесуставные органы. Например, могут поражаться глаза, аорта, легкие. При поражении глаз у человека ухудшается зрение, развивается повышенная чувствительность к яркому свету, глаза краснеют. При воспалении легких пациентов беспокоит боль в груди, усиливающаяся при вдохе. При воспалении аорты человеку становится тяжело дышать, развивается сердечная недостаточность.

Почему развивается это заболевание у лиц, страдающих псориазом, доподлинно установить пока не удалось. Вероятно, дает сбой работа иммунной системы. Есть версии, что некоторую роль в этом играет наследственность, травмы. Спровоцировать развитие псориатического артрита могут повреждения кожи, избыток ультрафиолета, некоторые медикаменты, курение, алкоголь, стресс, гормональные изменения. Для предотвращения развития артрита лица, страдающие псориазом должны правильно питаться, не курить,

свести к минимуму потребление алкоголя, избегать стрессов и своевременно лечить инфекционные заболевания. Вылечить псориатический артрит пока невозможно, но есть методы, уменьшающие его проявления. Больным назначают для снятия воспаления нестероидные противовоспалительные средства или глюкокортикостероиды, обязательно – базисные противоревматические препараты. Показаны также немедикаментозные методы, включая физиотерапию. Необходимо как можно дольше сохранять подвижность, а также поддерживать оптимальный вес, чтобы не увеличилась нагрузка на суставы. Не стоит поднимать тяжести и вообще чрезмерно нагружать суставы. Обязательно нужно следить и за осанкой. Правильное лечение и соблюдение рекомендаций врача позволят добиться такого состояния, когда симптомы болезни могут иметь минимальные проявления.

Валеолог ЦРБ      Ковалевская О.Г.  
2017 г.