**Заболевание суставов**

Артрит – это состояние, характеризующееся воспалением суставов в разных частях тела. Артритом может заболеть любой человек, включая детей. Самая большая аудитория больных наблюдается в возрастной категории после 40 лет. Данный недуг чаще диагностируют у женщин (26%), чем у мужчин (18%).

 Согласно прогнозам, к 2030 году артритом сустава плеча, локтя, пальцев рук и других частей тела будут болеть более 67 миллионов человек.

Артрит может быть и отдельным заболеванием, и "приложением" к тому или иному недугу.

Воспаление суставов начинается в тот момент, когда иммунная система по какой-то причине дает сбой и начинает атаковать здоровые клетки собственного организма.

Главным симптомом заболевания является воспаление и боль в суставе. Миллионы больных людей не могут выполнять такие простые движения и действия, как наклоны, стояние, ходьба по прямой дороге и по лестнице (артрит коленного, тазобедренного сустава, голеностопа).

При артрите чаще всего воспаляются мелкие суставы пальцев, запястья, ноги и лодыжки, коленные уставы, реже страдают суставы бедра, плеч, локтевые суставы и шейные.

 При заболевании происходит поражение симметрично расположенных суставов, если поражены суставы пальцев левой руки, обычно наблюдается похожее поражение правой.

[Существует более 100 разновидностей артрита](http://liniya-zdorovya.ru/bolezni/artrit/36-vidy-artrita-kotorye-vstrechayutsya-chashche-vsego).

Самые, часто встречающиеся: остеоартроз, ревматоидный артрит, подагра, болезнь Бехтерева, инфекционный артрит.

Люди, страдающие данным недугом жалуются на [боли в суставах](http://liniya-zdorovya.ru/simptomy/boli-v-sustavakh), дискомфорт и скованность при движениях, хроническую усталость.

 Симптомы при различных видах артрита: **ночные боли в поражённых участках**; **неприятные ощущения в суставах;** **скованность в суставах в утренние часы**, не только в местах поражения, но и во всём теле; **отёчность и воспалительные процессы в суставах;** подкожные опухоли на локтях и др.

Артрит – это прямой путь к заболеваниям сердца. Доказано, риск возникновения сердечного приступа повышается на 60% через год, после того как человеку поставили диагноз ревматоидный артрит.

Ревматоидный артрит – это хроническое заболевание, в основе которого лежит постоянная атака тканей организма собственной иммунной системой. Такой вид артрита повышает риск заболеваний сердечно-сосудистой системы настолько, что основной причиной смерти пациентов являются именно сердечно-сосудистые катастрофы.

 При ревматоидном артрите могут страдать: сердечно – сосудистая система, суставы, внутренние органы.

Что бы уменьшать риск сердечных осложнений, следует контролировать свое артериальное давление и уровень холестерина, [есть правильную, полезную, здоровую пищу](http://healthy-joint.ru/kak-pravilno-est-pri-ra/), выполнять умеренные физические нагрузки, отказаться от курения, как активного, так и пассивного (треть всех случаев заболевания артритом связаны с курением).

Усталость и утомляемость – характерные симптомы ревматоидного артрита. Они заставляют человека чувствовать себя вымотанным настолько, что даже нет сил, чтобы [заснуть](http://healthy-joint.ru/10-ways-to-get-sleep/). От этого боль кажется сильнее, чем она есть, и появляются проблемы с концентрацией.

Несмотря на то, что об артрите известно с самых давних времён, причины возникновения заболевания не изучены досконально. Среди наиболее вероятных факторов, приводящих к артриту, называют генетическую предрасположенность.

Также причиной появления артрита могут стать осложнения после того, как человек переболел инфекционным недугом (ОРЗ, грипп).

 К поражению суставов может привести: эмоциональное перенапряжение; длительные тяжёлые физические нагрузки на группы суставов; :нездоровый питательный рацион с дефицитом витаминов; нарушения вещественного обмена; злоупотребление спиртными напитками и табачными изделиями; плохая экология; проблемы с циркуляцией крови, травмы; нарушения в работе эндокринной системы; менопауза.

Наиболее тяжелым последствием артрита является инвалидность. Запущеннее формы болезни тяжело поддаются лечению и деформируют суставы

На сегодняшний день не существует лекарств, которые могли бы [вылечить большинство форм артрита](http://liniya-zdorovya.ru/bolezni/artrit/39-glavnoe-o-tom-kak-lechit-artrit). Но есть лекарственные препараты, которые помогают эффективно контролировать симптомы артрита.

Климат никак не влияет на распространенность данного заболевания. Однако, многие люди, страдающие различными формами артрита, лучше себя чувствуют именно в теплых, жарких странах. Это связанно с тем, что тепло ослабевает суставную боль.

При первых признаках заболевания следует обратиться за медицинской помощью.

Люди с артритом ведут малоподвижный образ жизни, вследствие чего здоровье страдает еще больше.