**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 (у женщин - 26%, у мужчин - 18%). Различают [более 100 разновидностей артрита](http://liniya-zdorovya.ru/bolezni/artrit/36-vidy-artrita-kotorye-vstrechayutsya-chashche-vsego), часто диагностируемые - остеоартроз, ревматоидный артрит, подагра, болезнь Бехтерева, инфекционный артрит.

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.

Согласно прогнозам, к 2030 году артритом различных частей тела будут страдать более 67 миллионов человек.

Артрит может быть, как отдельным заболеванием, так и дополнением 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. Больные не могут выполнять такие простые движения и действия, как наклоны, стояние, ходьба по 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.

 Лица с заболеванием артритом ведут малоподвижный образ жизни, вследствие чего здоровье страдает еще в большей мере.

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 – одно из наиболее распространённых хронических воспалительных заболеваний соединительной ткани с преимущественным поражением суставов. Пик заболеваемости приходится на возраст 30 – 55 лет, у женщин патология встречается в 3 раза чаще. Без своевременного и правильного лечения пациент быстро становиться инвалидом.

Коварство болезни заключается в том, что она начинается незаметно, а полное выздоровление случается очень редко.

При заболевании происходит разрастание синовиальной оболочки, разрушается хрящ, возникают костные дефекты и необратимая суставная деформация.

Ревматоидный фактор, циркулируя в крови, может откладываться в любом органе (в сердце, сосудах, почках, лёгких), что способствует развитию инсульта, инфаркта миокарда, сердечной недостаточности.

В подавляющем большинстве случаев заболевание начинается с поражения мелких суставов кисти (пястно – фаланговых, межфаланговых). Появлению боли могут предшествовать чувство немотивированной слабости. усталости, утренней скованности, умеренной лихорадкой (до 37,5 градуса). 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.

Спустя несколько недель - месяцев начинают воспаляться крупные суставы. По мере прогрессирования недуга возникает стойкая деформация пальцев рук и кистей, резко снижается подвижность лучезапястных суставов.

Что бы уменьшать риск сердечных осложнений, следует контролировать свое артериальное давление и уровень холестерина, [употреблять полезную и 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).

Причины возникновения заболевания полностью не изучены. Среди наиболее вероятных факторов, приводящих к артриту, называют генетическую предрасположенность.

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.

На сегодняшний день существует лекарственные препараты, которые помогают эффективно контролировать симптомы артрита.

При первых признаках заболевания следует обратиться за медицинской помощью к врачу ревматологу.