

Легкая поступь – это просто

Нарушения функционирования опорно-двигательного аппарата – «серебряный» призер в структуре заболеваемости человека, по частоте уступающий только артериальной гипертензии. Особо в этой номинации эксперты выделяют остеоартроз, который в той или иной степени «знаком» 20% населения земного шара.

Причем это средние значения, ведь заболевание имеет два неприятных свойства – увеличение выраженности с возрастом и хронический характер течения, за счет чего его распространенность среди лиц старше 70 лет возрастает до 100%.

Скованные одной цепью...

→ Остеоартроз (артроз) – собирательный термин, обозначающий ряд заболеваний, общим исходом которых являются необратимые изменения в суставах. Хрящевой покров в здоровом суставе имеет абсолютно гладкую структуру, что позволяет уменьшить трение между соединяющимися костями и таким образом обеспечить их подвижность. В состоянии болезни хрящевая ткань начинает разрушаться, ее поверхность становится шероховатой и со временем может стираться до кости, что значительно ограничивает движения в пораженном суставе.

Остеоартроз: особые приметы

- Боль в суставе под влиянием дневной нагрузки, особенно при ходьбе по неровной поверхности (спуск/подъем по лестнице). На начальных стадиях заболевания выраженность боли значительно уменьшается после ночного отдыха

- Так называемая стартовая боль, которая возникает в суставе после покоя, носит кратковременный характер и проходит на фоне двигательной активности

- Отечность в области сустава

- Хруст в суставе, ощущение трения костей

Чаще всего первые симптомы заболевания появляются в возрасте 40-45 лет, при этом в последние годы отмечается тенденция к «расширению аудитории» за счет представителей более молодых возрастных категорий. Причины заболевания – наследственная предрасположенность, образ жизни, лишний вес, возраст. Обычно остеоартроз развивается медленно и проявляется поражением одного сустава. В дальнейшем в патологический процесс вовлекаются другие суставы, преимущественно те, которые «разгружали» пораженный сустав, «принимая на себя» повышенную механическую нагрузку. В большинстве случаев начало заболевания бессимптомное, признаки – дискомфорт, боль, тугоподвижность, деформация – появляются постепенно. Первая мишень – крупные суставы, испытывающие наиболее значительные нагрузки.

В отсутствие лечения высок риск инвалидизации.

С течением времени состояние больного ухудшается, однако болезнь можно и нужно контролировать. На фоне грамотно подобранной медикаментозной поддержки заболевание может регрессировать.

Тактика, проверенная временем

- Разгрузить суставы, при необходимости снизив вес, исключив подъем/спуск с лестницы, длительное пребывание в одной позе, поднятие тяжестей и т. п.

- Физическая активность в разумных пределах: ходьба по ровной местности (хотя бы 30 минут в день), плавание, езда на велосипеде

- Лечебный массаж, физиотерапевтические процедуры

- Медикаментозная поддержка (по требованию в острых ситуациях, курсами в рамках поддерживающей терапии, профилактический прием)



Природное решение

Лечение остеоартроза направлено на снижение выраженности болевого синдрома, возникающего вследствие разрушения суставного хряща и связанного с этим воспаления. Традиционно для решения этих задач применяются нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП) и хондропротекторы

(хондроитинсульфат, глюкозамин, гиалуроновая кислота). Однако терапия первыми из них сопряжена с частыми нежелательными эффектами со стороны желудочно-кишечного тракта, а результативность приема вторых остается предметом дискуссий научного сообщества. Сегодня в поиске новых подходов фокус сместился в сторону средств на растительной основе, эффективность и безопасность которых подтверждаются столетиями опыта использования лекарственных трав.

В народной медицине при различных заболеваниях суставов издавна используется мартиния душистая (*Narparagophytum procumbens*). Было замечено, что применение средств на основе мартинии душистой уменьшает выраженность боли и припухлость в суставах, улучшает их подвижность.

В наше время целебные эффекты растения стали предметом научного изучения. В исследованиях установлено, что мартиния душистая не только обладает противовоспалительным, обезболивающим и противоревматическим действием, но также проявляет кардиотоническое, седативное и диуретическое свойства. Благодаря этим доказательным данным из знахарского снадобья мартиния душистая превратилась в ценное фармакологическое сырье.

Недавно на украинском фармацевтическом рынке появился препарат СУСТАМАР. Это хорошо известный в Германии продукт компании esraпта, основу которого составляет

экстракт мартинии душистой. СУСТАМАР позволяет успешно решать три главные задачи терапии остеоартроза: снимает воспаление в пораженном суставе, уменьшает боль, стимулирует регенерацию хрящевой ткани.

Трехвекторное влияние препарата СУСТАМАР обеспечивается за счет воздействия активных веществ экстракта мартинии душистой, а именно подавления высвобождения медиаторов воспаления и медиаторов деструкции хряща (фактора некроза опухоли, интерлейкина-1 β , матричных металлопротеиназ, оксида азота, эластазы). Благодаря этому препарат оказывает противовоспалительное и анальгезирующее действие, ингибирует синтез воспалительных цитокинов, способствует супрессии матричных металлопротеиназ в хондроцитах, что позволяет замедлить развитие воспалительных процессов.

Комплексный эффект – противовоспалительный, обезболивающий и хондропротекторный, – дает возможность использовать СУСТАМАР как в виде монотерапии, так и в составе комплексного лечения. В исследованиях показано, что в качестве компонента комбинированных схем экстракт мартинии душистой (СУСТАМАР) позволяет снизить потребность в кортикостероидах и НПВП (P. Chantre et al., 2000; D. Leblan et al., 2000). В работе немецких авторов на фоне применения экстракта мартинии душистой терапия НПВП была прекращена в 60,3% случаев, кортикостероидами – в 56% (Й.М. Риббат и Д. Шакау, 2001).

За счет этого значительно уменьшается риск развития побочных эффектов терапии, что немаловажно с учетом длительности последней. Ведь остеоартроз – заболевание, которое развивается десятилетиями и, соответственно, требует продолжительной медикаментозной коррекции. Выраженный эффект отмечается при использовании СУСТАМАРА в течение не менее 3 месяцев. В периоды сезонного обострения хронической патологии (как правило, весной и осенью) рекомендуется поддерживающий курсовой прием. С учетом временного фактора и распространенности заболевания компания-производитель позаботилась об экономической доступности препарата – демократичная цена позволяет проводить лечение без ущерба для бюджета.

Кроме того, СУСТАМАР может быть рекомендован для профилактического приема при интенсивных нагрузках на суставы (во время активного отдыха, занятий спортом, выполнения тяжелой физической работы). В этом аспекте значимым преимуществом является удобство применения препарата – по 1 таблетке 2 раза в день.

Многогранный терапевтический потенциал в сочетании с благоприятным профилем переносимости делают СУСТАМАР привлекательным выбором для длительного применения как с целью лечения суставной патологии, так и для ее предупреждения. ■

Подготовила Галина Теркун