

Главные враги суставов

Плавные движения, ровная осанка, легкая походка – всего этого можно лишиться, если не уделять должного внимания суставам! Но если бережно относиться к своему здоровью, никакие проблемы не побеспокоят в течение долгих лет!

Уникальная конструкция

Сустав – это уникальная природная конструкция, которая помогает каждому человеку совершать движения в разных направлениях. Без них невозможна была бы ходьба, спорт, простые жесты и многое другое. Однако люди не понимают всю их ценность, принимая как должное, и вспоминают о здоровье суставов лишь тогда, когда они начинают болеть, хрустеть или щелкать. Избавиться от таких неприятных проявлений недугов можно, но даже у современной медицины возможности ограничены, поэтому, чтобы в будущем не знать проблем, необходимо заботиться о своих суставах уже сейчас, обращая внимание на малейшие изменения!

Повышенная подвижность

Человек замечает повышенную подвижность своих суставов лишь тогда, когда связочный аппарат начинает подводить. В этой ситуации вывих становится частым явлением, которое портит жизнь и доставляет дискомфорт. Во время движения суставы издают своеобразные «щелчки», а если приходится долго стоять, то ноги начинают болеть.

Причиной этого врачи считают генетический фактор. У человека от рождения вырабатывается измененный коллаген, который более растяжим. Лечение при такой проблеме не назначают, ограничиваясь общими рекомендациями.

Артроз

Это одно из наиболее распространенных заболеваний суставов, которое беспокоит людей старше сорока лет. Оно характеризуется скованностью движений, болью, припухлостью, покраснением кожи. Если сразу же не начать лечение, то воспаление затронет и соседние ткани.

Остеоартроз поражает коленные, тазобедренные и голеностопные суставы и незаметен на начальной стадии, поэтому многие даже не знают, что им нужна помощь врача. Без своевременного лечения подобный недуг может привести к деформации суставов! Такое заболевание чаще всего встречается у людей, которые имеют избыточный вес.

Ревматоидный артрит

Начинается он, как правило, с мелких суставов и может проявиться в любом возрасте. Подобное заболевание опасно тем, что может не только разрушить хрящи и кости, но и нарушить функции лимфатических желез, сосудов и сердца. Иммунная система вместо воспаленных клеток начинает атаковать здоровые. Чтобы предотвратить подобное развитие событий, нужно обратиться к врачу сразу, как только появилась боль, – это поможет остановить резкое течение болезни.

Не бояться докторов

Боль в суставах – это симптом очень многих заболеваний, поэтому, чтобы установить точную причину недомогания, необходимо посетить врача. Народные средства вроде примочек и компрессов могут усугубить воспаление, поэтому с посещением специалиста тянуть не стоит. Это позволит не запустить недуги и улучшить состояние человека.