

Біль у суглобах: причини, патогенез та сучасні підходи до лікування

Біль у суглобах (артралгія) — одна з найпоширеніших причин звернення пацієнтів до лікаря. Він може бути гострим або хронічним і часто є проявом як локальних, так і системних захворювань.

♦ Основні причини артралгії

1. Дегенеративно-дистрофічні захворювання
 - Остеоартроз — найчастіша причина хронічного болю, що супроводжується руйнуванням хряща та змінами у кістках.
2. Запальні процеси
 - Ревматоїдний артрит, подагра, псоріатичний артрит — активне запалення, біль у спокої, ранкова скутість.
3. Травматичні ушкодження
 - Гострі травми або хронічні перевантаження.
4. Метаболічні порушення
 - Порушення обміну сечової кислоти, дефіцит вітаміну D.
5. Інфекційні фактори
 - Реактивні артрити після перенесених інфекцій.

♦ Патогенез

- активація простагландинів та цитокінів;
- деградація хрящової тканини;
- зміни у синовіальній оболонці;
- порушення біомеханіки суглоба.

♦ Клінічні прояви

- біль при русі, навантаженні або у спокої;
- ранкова скутість;
- обмеження рухливості;
- набряк, локальне підвищення температури;
- почервоніння шкіри;
- крепітація (хрускіт);
- деформація суглоба;
- загальні симптоми (слабкість, субфебрилітет).

♦ Сучасні підходи до лікування

Фармакотерапія:

- НПЗП (ібупрофен, диклофенак, напроксен, мелоксикам)

- Анальгетики (парацетамол)
- Глюкокортикостероїди (за показаннями)
- Хондропротектори (глюкозамін, хондроїтин)

Симптоматичні засоби:

- місцеві гелі та мазі (диклофенак, кетопрофен)
- знеболювальні пластирі
- міорелаксанти
- препарати для покращення мікроциркуляції

Внутрішньосуглобові ін'єкції:

- глюкокортикостероїди
- гіалуронова кислота
- PRP-терапія
- хондропротектори

Немедикаментозні методи:

- лікувальна фізкультура
- фізіотерапія
- контроль маси тіла
- ортопедичні засоби

♦ Профілактика

- регулярна фізична активність;
- контроль ваги;
- збалансоване харчування;
- уникнення перевантажень;
- своєчасне лікування супутніх хвороб.

♦ Висновок

Біль у суглобах потребує комплексного підходу. Своєчасна діагностика та правильно підібране лікування дозволяють зменшити симптоми й покращити якість життя пацієнта.