

ВАРИКОЗ И АРТРОЗ. Какая между ними связь?

Известно немало заболеваний, которые, влияя одно на другое, осложняют тем самым их течение. Сегодня речь пойдет о сочетании хронической болезни вен нижних конечностей и остеоартрита. Имея общие факторы риска, в том числе и бытовые, они значительно ухудшают состояние пациента. Можно ли снизить эти риски и не допустить прогрессирования патологий?

ВЕНОЗНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ

Однажды услышала разговор двух женщин. Одна жаловалась на боли в ногах, отеки, судороги по ночам. Вторая категорически заявила: это артроз! Дело было летом. Я посмотрела на ноги женщины и поняла, что ее жалобы, скорее всего, связаны не только и не столько с артрозом, сколько с хронической болезнью вен нижних конечностей – варикозом. Чем проявляется это заболевание?

Как известно, в организме человека кровь от сердца направляется по всем органам и тканям по системе артерий, а возвращается за счет сокращения мышц по венам – глубоким, поверхностным, перфорантным. Вены имеют клапаны, которые не позволяют крови течь в обратном направлении. Если по какой-либо причине клапаны ослабевают, высокое давление из глубоких вен передается на поверхностные вены кожи, другими словами, происходит сброс крови.

Длительный венозный застой ног приводит к растяжению стенок сосудов и

образованию варикозно-расширенных вен, отеку, изменению кожи и подкожной клетчатки. Клинически это проявляется болями, ощущением тяжести в икроножных мышцах, судорогами в ногах (чаще по ночам), зудом, покраснением кожи с синюшным оттенком. Затянувшийся процесс может привести к липодерматосклерозу – уплотнению кожи и подкожной жировой клетчатки, а затем и трофическим нарушениям, язвам.

Развитию венозной недостаточности способствуют наследственная предрасположенность, избыточная масса тела, тяжелая физическая работа, длительное нахождение на ногах или в сидячем положении, частая беременность и роды, тяжелоатлетические виды спорта, хронические запоры, а также прием некоторых препаратов, в частности, гормональных контрацептивов, менопаузальных средств.

БОЛЯТ СУСТАВЫ – ПРОВЕРЬТЕ ВЕНЫ

Долгое время возрастные изменения суставов считали результатом ста-

рения организма, при котором происходит естественное изнашивание хряща. Поэтому заболевание именовалось артрозом. По современным представлениям, патология связана с хроническим вялотекущим воспалением в тканях сустава и именуется остеоартритом. Это одно из самых распространенных заболеваний суставов, особенно среди женщин старшего возраста.

Основная жалоба пациентов – боль, продолжительность которой нередко приводит к депрессии. Недуг значительно ухудшает качество жизни за счет ограничения привычной физической активности. По сравнению со здоровыми сверстниками у больных остеоартритом с поражением тазобедренных и коленных суставов на 20% снижено общее состояние здоровья, на 46% – физическая активность и на 15% – социальная.

Остеоартрит часто сочетается с поражением вен нижних конечностей, что отражается на его клинических проявлениях. Установлено, что боли в коленных суставах развиваются через 3-5 лет после появления признаков варикозного расширения вен.

Ультразвуковое исследование вен нижних конечностей у больных остеоартритом коленных суставов часто выявляет генерализованное поражение клапанов вен с высокой степенью клапанной недостаточности по сравнению с женщинами

такого же возраста без патологии. Тяжелое поражение вен ассоциируется с более ранним началом остеоартрита.

В сочетании с хронической венозной недостаточностью боль в суставах у таких пациентов усиливается в вечерние часы. Это может быть связано с внутрикостным сосудистым нарушением и в будущем чревато развитием склероза в тканях сустава. Таким образом, поражение вен отрицательно влияет на течение остеоартрита. Больным следует провести ультразвуковое ангиосканирование для выявления патологии клапанного аппарата.

Выделяют 3 степени венозной недостаточности: 1 – симптом тяжелых ног, преходящие отеки; 2 – стойкий отек, гипер- или гипопигментация кожи, изменение окраски, липодерматосклероз, экзема; 3 – тромбофлебит, венозная трофическая язва.

При осмотре ног обращайте внимание на наличие телеангиэктазий, то есть сосудистых «звездочек», расширенных или извитых внутрикожных и подкожных вен в положениях лежа и стоя, появление отека лодыжек и голеней, изменение окраски кожи голеней, уплотнения кожи и подкожной клетчатки, возможное развитие трофических язв.

Надо знать, что на течение патологии влияют также признаки дисфункции соединительной ткани. К ним относятся грыжи, опущение внутренних органов, в частности, почек,

матки, влагалища, прямой кишки, а также гипермобильность (чрезмерная подвижность) и частые вывихи суставов. Причем не только у больного, но и у его ближайших родственников, так как эти изменения могут быть генетически обусловленными.

СНИЗИТЬ ВЕС, РАЗОГНУТЬ КОЛЕНИ

Итак, что общего у остеоартрита и поражения вен нижних конечностей, двух наиболее распространенных заболеваний? Прежде всего, конечно, – возраст. Процесс старения, как известно, происходит с синтезом вызывающих воспаление цитокинов: их у пожилых в 2-4 раза больше, чем у молодых людей. С возрастом связано и старение иммунной системы,

снижение выработки гормонов, влияющих на рост клеток хряща и кости.

Избыточная нагрузка запускает активацию внутриклеточных сигналов и выброса воспалительных структур, которые повреждают хрящ и клетки соединительной ткани. Механическим стрессом может быть деформация суставов, их гипермобильность.

Общими являются и бытовые факторы: напряженный физический труд, подъем тяжестей, работа на корточках и коленях, частая ходьба по лестнице. Сказывается также ожирение, которое, как и старение, сопровождается слабовыраженным воспалением, нарушающим структуру и функцию клеток хряща, подлежащей кости, соединительной ткани.

Но главное – это расстройство венозного оттока. Оно усиливает внутриклеточное давление, уменьшает кровоток по мелким сосудам поверхностного (субхондрального) слоя кости. Нарушение питания хряща в итоге приводит к его разрушению и изменению костной структуры сустава – остеоартриту.

Таким образом, несколько общих факторов – пожилой возраст, женский пол, ожирение и тяжелый физический труд – являются причиной частого сочетания остеоартрита и венозной болезни нижних конечностей.

Лечение таких пациентов – комплексное.

В терапии остеоартрита используют так называемые хондропротекторы, это, в частности, **артра,**

амбене, диацереин. При венозной болезни нижних конечностей назначают венопротекторы – кремы **ветонус, венотоник,** а также прием препаратов **варфарин, троксерутин, гинкго билоба, экстракт конского каштана.**

Как помочь себе в таких случаях?

Прежде всего необходимо улучшить отток венозной крови. Для этого уменьшите физическую нагрузку, носите компрессионные чулки, чаще держите ноги в приподнятом положении, реже сидите с согнутыми коленями, избегайте длительного стояния, при ожирении старайтесь снизить вес.

Римма БАЛАБАНОВА,
профессор,
доктор
медицинских наук.

Реклама



Можно ли жить без запоров? Теперь **ДА!**

ДЕЗАПОРИН

Только 5 дней
1 банка
БЕСПЛАТНО



К сожалению, мы привыкли недооценивать опасность запоров, особенно длительных и особенно после 60 лет. А это неправильно!

Сбои в работе кишечника ведут к нарушению пищеварения, повреждению слизистой, хронической интоксикации и становятся причиной проблем с сердцем и печенью, сосудами и давлением. При запорах даже мозг страдает! Поэтому запускать ситуацию ни в коем случае нельзя!

Решать проблемы со стулом надо комплексно. Важно восстановить все функции кишечника одновременно: пищеварение, перистальтику, микрофлору.

Разработка российских учёных из наукограда Пущино **многофункциональный гель полно-**

го цикла ДЕЗАПОРИН помогает в решении этой деликатной проблемы. **ДЕЗАПОРИН** – это не просто слабительное или гастропротектор, пребиотик или прокинетики. **ДЕЗАПОРИН гель** – это целый комплекс активных природных веществ, которые способствуют:

- ✓ **ОЧИЩЕНИЮ** кишечника;
- ✓ **ВОССТАНОВЛЕНИЮ** его работы и микрофлоры;
- ✓ **РЕГУЛЯРНОМУ** стулу.

В двух ложках **ДЕЗАПОРИНА** в день – полный противозапорный цикл и весь необходимый комплекс натуральных компонентов способствующих качественной работе кишечника и регулярному стулу.

Звоните по бесплатной линии
8-800-100-55-60
и назовите код на бесплатную банку: **ЛУЧШИЙ СОВЕТ**

*При покупке 5 банок и более. БАД. Необходима консультация специалиста «Международный центр здоровья». ОГРН 1217700093159, 127287, г. Москва, Петровско-Разуминский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, ком. 28. СГР № АМ.01.07.01.003.R.001200.08.23 от 08.08.2023 г. Акция действует с 01.12.2023 по 01.07.2024 г. Информация об организации: эликсир, правила ее применения, срок годности и порядке получения подарков уточняйте по тел 8-800-100-55-60 РЕКЛАМА

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ