

Arthritis

Arthritis occurs when the joints in the body are inflamed or there is a breakdown of cartilage in the joints. Joints are places in the body where two or more bones meet, such as the hip or knee. Cartilage is the cushion in the joints that protects them from pressure and makes movements smooth. When cartilage breaks down in a joint, the bones rub together. This causes pain, swelling and stiffness.

The most common type of arthritis is **osteoarthritis**. With this type of arthritis, the joints wear out over time from use or as the person ages. Injury to a joint may also lead to this type of arthritis. Osteoarthritis occurs most often in the knees, hips and hands. The joints begin to ache and thicken. At times, the tissues around the joint become strained and cause more pain.

Arthritis can also occur when the immune system, which normally protects the body from infection, attacks the body's tissues. **Rheumatoid arthritis** is the most common type of this kind of arthritis. It causes inflamed and painful joints and may affect other parts of the body, such as the heart, muscles, blood vessels, nerves and eyes.

Signs of Arthritis

- Joint pain
- Joint is not stable or it feels like it will not support you
- Joint enlarges or swells
- Stiffness, often in the morning
- Limited use of joint
- Warmth around joint
- Redness of the skin around joint

Артрит

Артрит возникает при воспалении суставов или при разрыве хряща в суставах. Суставы располагаются в месте стыка двух или более костей, например, в бедре или колене. Хрящ – это подушечка в суставах, которая защищает их от давления и делает движения плавными. При переломе хряща в суставе, происходит трение костей. Это причиняет боль, опухание и ригидность.

Наиболее распространенный тип артрита – **остеоартрит**. При этом типе артрита суставы по мере износа или старения организма со временем изнашиваются. К этому типу артрита может привести также травма сустава. Чаще всего остеоартрит возникает в коленях, бедрах и руках. Суставы начинают болеть и утолщаться. Иногда окружающие сустав ткани растягиваются и вызывают еще более сильную боль.

Артрит может также возникнуть в случае, когда иммунная система, которая обычно защищает организм от инфекций, атакует его ткани.

Ревматоидный артрит является наиболее распространенным типом этого типа артрита. Он вызывает воспаление и боль в суставах и может затронуть другие части организма, такие как сердце, мышцы, кровеносные сосуды, нервы и глаза.

Симптомы артрита

- Боль в суставе
- Сустав нестабилен, или есть ощущение того, что он не выполняет свою функцию
- Сустав увеличивается в размерах или опухает
- Неподвижность суставов, чаще всего по утрам
- Ограниченное использование сустава
- Ощущение тепла около сустава
- Покраснение кожи около сустава

Other signs may occur with rheumatoid arthritis. If you have any signs that cause you pain or concern, see your doctor.

Tests

Your doctor will talk to you about your health and look at your joints. Your doctor may order blood tests and x-rays.

Treatment

Treatment of arthritis depends on:

- The cause
- Which joints are painful
- Amount of pain
- How the arthritis affects your daily activities
- Your age
- Your work or activity

Your doctor may suggest:

- Medicine to control pain and swelling
- Physical or occupational therapy
- Assistive devices such as a cane or grab bars for the bathtub or toilet
- Weight loss
- Surgery to replace the joint

При ревматоидном артрите могут проявляться другие симптомы. Обратитесь к врачу, если у Вас проявились другие симптомы, которые вызывают боль или озабоченность.

Обследования

Ваш лечащий врач побеседует с Вами о состоянии здоровья и осмотрит Ваши суставы. Ваш лечащий врач может назначить исследования крови или рентгеновское исследование.

Лечение

Лечение артрита зависит от:

- Причины
- Того, какие именно суставы болят
- Того, насколько сильна боль
- Того, насколько артрит влияет на Вашу повседневную деятельность
- Вашего возраста
- Вашей работы или вида деятельности

Ваш лечащий врач также может предложить:

- Лекарственное средство для уменьшения боли и опухания
- Физическую или трудовую терапию
- Вспомогательные принадлежности, такие как трость или установку поручней в ванной комнате или туалете
- Похудение
- Операцию по замене сустава

As a part of your treatment, you may need to:

- Exercise to improve movement and joint strength. Good choices include walking, swimming, bike riding, dancing, strength training and gentle stretching exercises.
- Use hot or cold treatments to control pain and swelling.
- Avoid positions or movements that put extra stress on your painful joints.
- Avoid staying in a position too long.

Call your doctor right away if:

- You have severe unexplained joint pain.
- The joint is very swollen.
- You suddenly have a hard time moving the joint.
- Your skin around the joint is red or hot to the touch.
- You have other signs that concern you.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

В качестве вспомогательного лечения Вам также может понадобиться:

- Делать физические упражнения для повышения подвижности и укрепления суставов. Для этого хорошо подходят прогулки, плавание, езда на велосипеде, танцы, силовые упражнения и нетяжелые упражнения на растягивание.
- Прикладывать тепло или холод для контроля боли и опухания.
- Избегать поз и движений, которые приводят к излишней нагрузке на Ваши больные суставы.
- Не пребывать в одной позе слишком долго.

Немедленно позвоните врачу, если:

- У Вас сильная необъяснимая боль в суставе.
- Сустав очень сильно распух.
- Внезапно Вам стало очень трудно двигать суставом.
- Кожа около сустава стала красной или горячей при прикосновении.
- У Вас другие симптомы, которые Вас беспокоят.

Если у Вас есть какие-либо вопросы или опасения, обратитесь к Вашему лечащему врачу или медсестре.

2005 – 1/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Arthritis. Russian.