Немецкий союз по лечению ревматизма: Прямая связь с нами

Подагра – это ревматическая болезнь.
Мы хорошо знаем как её лечить.
У нас Вы можете научиться, как нужно правильно двигаться.
Или Вы можете познакомиться с людьми, которые больны ревматизмом.
С ними Вы можете поговорить о болезни.

Чтобы узнать больше,
позвоните нам по телефону:

✆ 01804 – 60 00 00*

* 20 центов/за звонок из немецкой стационарной сети, мобильная связь: максимум 42 цента/за звонок

издатель: Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V.,
Maximilianstraße 14, 53111 Bonn, www.rheuma-liga.de
медицинская консультация: Rheumatologin Prof. Dr. med. Erika Gromnica-Ihle;
текст: Alexandra Müller, wdv GmbH & Co. OHG, Bad Homburg;
графика: Thorsten Hofmann; фотографии: determined – Fotolia
издание первое, 30000 экземпляров, 2015; номер серии: C148/BV/11/15

Deutsche RHEUMA-LIGA
• GEMEINSAM MEHR BEWEGEN •

Что помогает при подагре?

Сначала врач возьмёт анализ крови.
Так он может узнать,
сколько мочевой кислоты
в Вашем организме.
Врач может также взять жидкость
из больного сустава.
Потом он проверит, сколько кристаллов
мочевой кислоты есть в этой жидкости.
Делать рентген в начале лечения
необязательно, так как
на рентген-снимке
подагру видно только
после нескольких лет болезни.
Принимать лекарства при подагре
нужно не всегда.
Важно поддерживать здоровый вес.
Кроме того,
нужно регулярно двигаться.

И очень важно правильно питаться.
Питание не должно содержать
слишком много пуринов.
Много пуринов есть, например,
в мясе и некоторых сортах рыб.
Их тоже много в горохе, чечевице и
белой фасоли.
Также не следует пить алкоголь,
особенно пиво.
Зато, например,
в салате, картофеле, молоке и
молочных продуктах пуринов мало.
Если это не помогает,
то надо принимать лекарства от
подагры.
Они действуют по-разному.
Какое лекарство
лучше всего подходит для лечения,
решит врач.

подагра

Легко понять

Deutsche RHEUMA-LIGA
• GEMEINSAM MEHR BEWEGEN •

Ваш врач сказал Вам, что у Вас подагра. Здесь Вы получите общую информацию об этой болезни, чтобы лучше понять её развитие.

Подагра – что это такое?

Подагра – это болезнь, которая поражает суставы. Суставы часто воспаляются и начинают сильно болеть. Причина тому – кристаллы мочевой кислоты, которые образуются в суставах. Они постоянно вызывают новые воспаления.

Как возникает подагра?

Многие продукты содержат вещества, которые называются пурины. Из них в организме образуется мочевая кислота. Организм тоже постоянно производит мочевую кислоту благодаря определённым процессам. Образовавшиеся излишки постоянно выводятся с мочой. Таким образом регулируется содержание мочевой кислоты в организме. Но у некоторых людей это правило не действует. При нарушении этого процесса образовавшиеся излишки мочевой кислоты накапливаются в организме, преимущественно внутри суставов. Там мочевая кислота через некоторое время превращается в кристаллы. Эти кристаллы похожи на зёрнышки соли. Они трутся в суставах, и со временем это место неожиданно начинает болеть. Врач называет это приступом подагры. Эти боли обычно начинаются ночью, чаще всего в суставе большого пальца ноги. Больной сустав на ощупь горячий, выглядит сильно опухшим и имеет окраску от красного до синеватого цвета. Даже самое лёгкое прикосновение вызывает сильную боль. Часто у больных появляются головные боли, а также температура и тошнота. Сердце также иногда бьётся гораздо быстрее, чем обычно. Такой приступ подагры может продолжаться 10 дней. Затем боль может пройти совсем, на довольно долгое время. Но, если ничего не делать против мочевой кислоты, то рано или поздно возникнет следующий приступ подагры. Затем периоды времени между приступами подагры становятся все короче и короче. Из-за постоянного воспаления суставы постепенно разрушаются и деформируются. В результате опухоль суставов больше не спадает, и каждое движение доставляет боль.

При поддержке AOK