

Osteoartróza: globální problém

OA JE HLAVNÍ PŘÍČINOU KLOUBNÍHO POSTIŽENÍ

520 MILIONŮ

LIDÍ PO CELÉM SVĚTĚ MÁ OSTEOARTRÓZU (OA)



60%

ze všech OA jsou OA kolenního kloubu

V celosvětové studii, která popisovala 291 onemocnění, byla OA kyčle a kolena hodnocena jako

11.

 nejčastější příčina kloubního postižení

V roce 2017 bylo na celém světě

9,6

milionů lidí s tímto postižením



Od roku 1990 do roku 2019 celosvětově vzrostl počet lidí postižených OA o

48%



Co je to osteoartróza?

OA je **nejčastější onemocnění kloubu**. Může postihnout jakýkoli kloub, nejčastěji však kolena, kyčle a ruce.

OA je nemoc. Může začít menším nebo větším poškozením kloubu. V raném stádiu onemocnění má tělo prostředky k úpravě těchto změn. Jak však nemoc postupuje, reparační systém těla není tak výkonný a kloubní tkáň se začínají rozpadat, dochází k řídnutí chrupavky, přetváření kostí, tvorbě kostních výrůstků a k zánětům kloubů.

Navzdory těmto změnám může kloub stále normálně fungovat, bez jakékoli bolesti nebo ztuhlosti.



Pro OA je charakteristické:



- bolest
- funkční poruchy
- svalová slabost
- ztuhlost kloubů
- snížená kvalita života

Co způsobuje OA?

Přesná příčina OA je stále nejasná. Mezi rizikové faktory, které zvyšují riziko OA, patří:

- nadváha nebo obezita
- předchozí poranění kloubu, operace kloubu a/nebodlouhodobé přetěžování kloubu
- genetika (např. výskyt OA v rodině)

OA může být klinicky diagnostikována bez vyšetření, pokud osoba:

- je ve věku 45 a více let * a
- má bolesti kloubů související s fyzickou aktivitou a
- nemá ranní ztuhlost kloubů nebo má ranní ztuhlost, která ale netrvá déle než 30 minut

* OA může být také diagnostikována u lidí mladších 45 let, obvykle po traumatickém poranění kloubu



Jak může fyzioterapie pomoci s OA?

Cvičení je léčba první volby u OA. Kromě toho, že vám fyzioterapeuti pomohou vybrat ty nejlepší cviky, pomohou vám také s redukcí bolesti a řeknou vám, jak nejlépe zvládnout OA. Mohou vás naučit, jak zlepšit kloubní pohyblivost, chůzi, a také jak posílit svaly.

Pokud potřebujete kloubní náhradu, pravděpodobně také před operací a po ní navštívíte fyzioterapeuta. Fyzioterapeut vám pomůže připravit se na operaci a pomůže vám také se zotavením se po operaci.



World PT Day 2022

8 SEPTEMBER



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday