Омартроз (Заболевания плечевого сустава)

Артроз, возникающий непосредственно в плечевом сутаве, называется омартрозом, кроме того, артроз может поражать акромио – клавикулярный сустав (сустав между лопаткой и ключицей).

Дегенеративные изменения сустава начинаются с разрушения суставного хряща (твёрдоэластичного, гладкого покрытия кости в области суставных поверхностей). В дальнейшем процесс дегенерации может распространяться как на мягкие ткани (напр.,сутавная сумка, связки), так и на кости.

В начальной стадии заболевания омартроз обычно малозаметен, но может быстро прогрессировать и приводить к сильным болям и значительным ограничениям подвижности в повседневной жизни.

Возникновение

Недостаточное питание сустава. Хрящевая ткань не содержит кровеносных сосудов, и снабжается питательными веществами посредством внутрисуставной синовиальной жидкости. В фазе нагрузки на сустав эта жидкость – как в губке – выдавливается из хряща, а в фазе расслабления снова всасывается в хрящ.

Если же сустав перенагружен, т. е. ему приходится противостоять высокому давлению, первоначально гладкие сутавные поверхности подвергаются механическому разрушению. Хрящ становится волокнистым, теряет упругость, наблюдается и развитие дистрофических процессов в хрящевой ткани.

Важнейшими причинами являются:

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de

© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

- Высокое стояние головки плечевой кости после разрыва ротаторной (мышечно-связочной, вращательной) манжетки
- Травмы

Недостаточные нагрузки также вредят питанию хряща. Воспалительные заболевания суставов (например, ревматизм) ухудшают свойства внутрисуставной жидкости.

Тяжёлая физическая работа или часто повторяющиеся движения не являются причинами заболевания, но могут ускорить его развитие.

Профилактика

Питание хряща происходит во время движения сустава, в то же время необходимо избегать избыточной нагрузки. Только тот сустав, который регулярно «работает», т.е. находится в движении, благодаря чему хрящи получают достаточное питание, остаётся эластичным и способен без потерь противостоять внезапным перегрузкам. Экстремальных нагрузок на сустав, таких как поднятие и ношение тяжестей, необходимо в повседневной жизни по возможности избегать.

Вы можете самостоятельно проводить комплекс профилактических мероприятий, который поможет Вам предотвратить возникновение заболевания или затормозить развитие заболевания на начальных стадиях.

Вам приходится много сидеть по роду Вашей профессиональной занятости?

- Многократно «разминайте» руки и ноги
- Занимайтесь определёнными видами спорта
- Совершайте движения в суставах в полном объёме
- Регулярно занимайтесь гимнастикой
- Укрепляйте мышцы, повышайте их эластичност
- Делайте упражнения на растяжку суставных капсул и связок
- При наличии ранее установленных повреждений избегайте дополнительной нагрузки на плечевой сустав
- Избегайте видов работ, при которых руки находятся в положении над головой.

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

- При совершении покупок пользуйтесь не корзинкой, а тележкой.
- Спите на спине или на специальном матрасе с выемкой для плеча.

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH