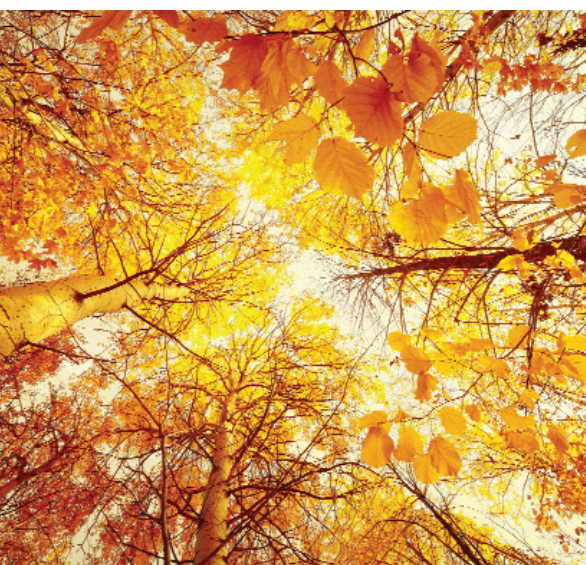


# Тихая осень жизни

Атеросклероз, сопровождающийся высоким артериальным давлением, поражением сосудов сердца и мозга, сахарный диабет второго типа и остеоартроз – это заболевания, которые чаще всего встречаются в пожилом и старческом возрасте. Их выделяют в отдельную группу возрастной патологии и называют неизбежными спутниками старения. И если сосудистые и неврологические нарушения у большинства таких пациентов удастся контролировать с помощью фармакотерапии, то с остеоартрозом справиться гораздо сложнее.



## Увядание организма

Одной из главных причин старения и развития хронических заболеваний признана генетически запрограммированная гибель клеток. Для обозначения этого феномена в медицине уже более 40 лет используется термин «апоптоз» (от греч. – «опадание»). В ботанике он применялся еще во времена Галена.

По аналогии с осенним листопадом, это определение как нельзя лучше отражает увядание живого организма. При апоптозе происходит уменьшение размеров клетки, уплотнение ее мембраны и постепенная утрата функций. В хрящевой ткани суставов это проявляется, прежде всего, снижением синтеза основных структурных компонентов – гликозаминогликанов и коллагена. С течением времени развивается деструкция хряща и воспаление, что ведет к появлению боли, зачастую довольно сильной. Между тем установлено, что продолжительность

жизни пожилых людей в большей степени зависит от интенсивности болевого синдрома, чем от наличия или отсутствия таких состояний, как ишемическая болезнь сердца или артериальная гипертензия<sup>\*</sup>.

На первых этапах апоптоз обратим, а на более поздних – нет. В связи с этим, чем раньше выявлены начальные признаки патологии суставов и назначено лечение, позволяющее замедлить гибель клеток, тем лучше прогноз для сохранения трудоспособности и физической активности пациентов.

## Сложности терапии

Поскольку на развитие и течение остеоартроза влияют очень многие факторы, успех терапии во многом зависит от выбора правильной тактики лечения с учетом наличия у пациентов других возрастных патологий. Традиционно для быстрого купирования болевого синдрома при остеоартрозе применяются НПВП и анальгетики-антипиретики. Однако при их длительном приеме, особенно неселективных НПВП, существенно возрастает вероятность побочного действия таких лекарств на органы системы пищеварения (увеличивается риск возникновения эрозивно-язвенных

поражений слизистой оболочки желудка и кишечника).

Хондропротекторы глюкозамин и хондроитин способствуют восстановлению эластичности и целостности хрящей суставных поверхностей, но препараты этого класса не обеспечивают быстрого устранения воспаления и боли. Дополнительно к базисной терапии остеоартроза для улучшения метаболизма суставного хряща и замедления апоптоза используются и растительные комплексы: экстракты имбиря и альпинии в комбинациях с глюкозамином или омега-3 полиненасыщенными жирными кислотами.

## С учетом возраста

Поиски «идеальной схемы» лечения остеоартроза продолжают, и достойное место в ней займет новый в Украине препарат с экстрактом корня мартинии душистой. Биологически активные вещества этого растения подавляют не только медиаторы воспаления, но и агрессивные соединения, вызывающие разрушение хряща. Благодаря комплексному воздействию на организм экстракт мартинии обеспечивает выраженные противовоспалительный, обезболивающий и хондропротекторный эффекты. Безопасность и хорошая переносимость экстракта мартинии позволяют принимать его длительное время. Это особенно важно для немолодых пациентов, у которых из-за возрастных особенностей организма происходит изменение фармакокинетики и фармакодинамики лекарственных средств, и поэтому требуется более осторожное, взвешенное применение медикаментов.

**Ирина САПА,**

кандидат медицинских наук ■

Пожилым людям, которым не помогает традиционная терапия остеоартроза, зачастую противопоказано внутрисуставное введение глюкокортикоидов, хирургическое лечение и протезирование суставов из-за сопутствующих заболеваний, поэтому стоит обращать их внимание на новые препараты.

<sup>\*</sup> Проблема боли при остеоартрозе // Газета «Новости медицины и фармации», 2010, № 4 (309)

# СУСТАМАР – і коліна не скриплять

Якщо порівняти опорно-руховий апарат людини з металевим механізмом, то легко уявити, як з часом деталі зношуються, їх вкривають іржа й тріщини. Звичайно, цей умовний «робот» рухатиметься не легко та плавно, а з рипінням, скреготом та через силу – як пошкоджений Термінатор. Йому буде важко переставляти ноги, бо коліна не згинаються та болять... Стоп! Це щось нагадує! Справді, саме такий вигляд у реальному житті часто мають відвідувачі аптеки, що страждають на гонартроз – остеоартроз колінних суглобів. І багато з них із самоіронією кажуть про себе: «Щось у мене коліна скриплять!»

## Замкнене коло

Усі ми такі собі «роботи», тож остеоартроз з часом вражає переважну більшість людей: у літньому віці на нього страждає 70–90% населення. А гонартроз – це чи не найчастіший різновид остеоартрозу. Його суть полягає у вікових змінах: у суглобах поступово порушується живлення хрящової тканини, вона стоншується, а кісткова – навпаки, розростається, деформується. Потім поверхні кісток починають тертися одна об одну, що руйнує хрящ. На цьому етапі з'являються запалення, сильний біль та скутість у суглобах, що заважає рухатися. А коли суглоб мало рухається, утворюється недостатньо синовіальної рідини – своєрідної «змазки», яка забезпечує його амортизацію та живлення. І чим менше цієї рідини, тим більше пошкодження хрящів. Отже, виникає замкнене коло.

Щоб не допустити його утворення, треба слідкувати за своїм здоров'ям. Наприклад, не переїдати, адже гонартроз часто стає наслідком надмірного навантаження на суглоби внаслідок ожиріння. У більшості випадків ця проблема актуальна для жінок – вони частіше за чоловіків страждають на гонартроз. Однак і серед представників сильної статі теж вистачає тих, у кого болять коліна. Це звичайно стає наслідком важкої праці або занять спортом. Інколи ж гонартроз розвивається через порушення обміну речовин та гормональні збої. Найчастіше

його діагностують у літніх людей, але це не означає, що молодим ніщо не загрожує. «Перші дзвіночки» можуть пролунати вже після 30 років.

## Принципово новий хондропротектор

Враховуючи те, що гонартроз майже невідворотний, всім, кому за 40 і у кого іноді болять й важко розгинаються колінні суглоби, є сенс вдаватися до підтримки засобів природного походження м'якої дії. До них належить принципово новий на фармринку України хондропротектор Сустамар («Еспарма», Німеччина).

Активна речовина препарату – екстракт коріння мартинії запашної (*Harpagophytum procumbens*), рослина, що походить з Африки. На відміну від звичайних НПЗП, ця речовина має унікальний механізм дії: не тільки зменшує запалення, а й перешкоджає руйнуванню хрящів, оскільки цілеспрямовано пригнічує в тканинах суглобів різні негативні чинники. Під впливом екстракту мартинії, або гарпагофітуму, як його на-

Після курсу терапії препаратом Сустамар лікарі засвідчують «дуже добру» або «добру» його ефективність майже у 83% випадків та підкреслюють, що він чудово переноситься хворими.

зивають в країнах Європи, зменшуються набряк і біль у колінах, відновлюється й полегшується їх рухливість, тому людина може більше навантажувати свої суглоби, наприклад, їй стає значно легше підніматися сходами.

## Саме час пройти курс лікування

Лікарський засіб Сустамар можна рекомендувати і молодим пацієнтам, тобто на початкових стадіях гонартрозу та інших видів остеоартрозу, і літнім людям, у яких він вже спричинив деформацію суглобів; і для монотерапії, і у комплексі з іншими засобами.

Термін застосування препарату має становити від 4 до 16 тижнів. Приймають Сустамар по таблетці двічі на добу під час вживання їжі. Для закріплення досягнутого терапевтичного ефекту курс рекомендується повторювати двічі на рік. Зараз, восени, коли багато людей страждають через сезонне загострення остеоартрозу, це особливо актуально.

Отже, хондропротектор Сустамар – це природна та відчутна допомога тим, хто прагне, щоб коліна більше не скрипіли.

**Ганна ПЕТРЕНКО** ■

