Как лечить остеохондроз коленного сустава?

Остеохондроз - распространённое хроническое заболевание, поражающее диски и хрящевые ткани суставов, мышц и связок. Заболевание весьма усложняет жизнь человеку, является болезненным, а если не лечить, ограничивает в движении самого человека.

Как правило, эта болезнь возникает вследствие:

* низкой двигательной активности, встречается у людей, ведущих малоподвижный образ жизни, либо профессиональное (водители – дальнобойщики, офисные сотрудники);
* недостатка питательных веществ (вегетарианцы или избыток углеводов в пище);
* травм;
* избыточного веса (чем выше масса тела, тем больше вероятность остеохондроза коленной соединительной ткани);
* нарушенного обмена веществ (организм не впитывает микроэлементы, кальций и магний);
* сбои гормонального фона;
* наследственность (нарушение характеризуется генным, следовательно, всем членам семьи необходимо следить за своими коленями).

Недомогание даст о себе знать в первые дни. Как правило, признаки проявляются:

* болезненностью во время ходьбы;
* неприятными ощущениями в коленях при вставании со стула;
* мышечных болей в области колена;
* приступы болей при приседании;
* при ходьбе хруст в коленном суставе, а также слабость в коленях.

Очень часто заболевание появляется у подростков**,** занимающихся активными видами спорта, а также при наличии травм.

Во время прогрессирования расстройства идет разрушение хрящевой ткани, следовательно, приводит к деформации соединительной ткани, острой боли в период пальпации и отек колена. При любых проявлениях симптомов заболевания коленных соединительных тканей необходимо обращаться незамедлительно к доктору.

При возникновении резкой острой боли требуется вызвать скорую помощь или добраться в ближайшее отделение травматологии. Если симптомы только начались, тогда необходимо обратиться к хирургу по месту жительства. Подтвердить заболевание остеохондроз коленного сустава можно только, если пройти обследование МРТ и рентгенологическое исследование. Только после диагностики врач назначает лечение.

Медикаментозная терапия остеохондроза коленной соединительной ткани необходима для устранения причин и болевого синдрома. Специалисты обычно выписывают различные кремы и мази. К альтернативной терапии добавляют:

* витаминные комплексы;
* физиопроцедуры, массаж;
* иглоукалывания;
* гирудотерапия;
* амплипульс, электрофорез;
* лечебная физкультура;
* сбалансированное питание;
* снижение веса, при его избытке;
* радоновые ванны, терапия лазером, холодом, парафинотерапия;
* грязетерапия.

Нога должна быть в постоянном покое. Оперативное вмешательство применяют в крайних случаях, таких как подростковый возраст, отсутствие эффекта при альтернативном лечении, в случае образовании грыжи в коленном суставе. При оперативной манипуляции сохраняют форму, функциональные особенности коленной соединительной ткани, и соединение костно-хрящевых тканей, проводится удаление воспалительных очагов заболевания, наростов на коленном суставе, заменяют хрящевую ткань имплантом.