

## Zdrowe stawy to zdrowy układ kostno-stawowy!

**Choroba zwyrodnieniowa stawów, uważana za jedną z chorób cywilizacyjnych, dotyczy blisko 10% populacji, a w 25% przypadków prowadzi do znacznego ograniczenia aktywności życiowej.**

**S**tawy to ruchome połączenia kości. Budowa ich jest złożona, a wszelkie stany chorobowe – zapalne, urazowe czy degeneracyjne – mogą w łatwy sposób doprowadzić do ich uszkodzenia. W każdym stawie można wymienić trzy składniki główne: powierzchnie stawowe pokryte chrząstką szklaną, szparę stawową oraz torebkę stawową z układem więzadeł. Chrząstka stawowa jest unikatową strukturą, która pokrywa powierzchnie stawowe. Tkanka chrzęstna jest odmianą tkanki łącznej – tkanką łączną szklaną. Składa się ona z galaretowatej substancji podstawowej oraz z komórek chrzęstnych. Torebka stawowa oraz więzadła zapewniają prawidłową stabilność stawu. Od wewnątrz torebka stawowa wyścielona jest błoną maziową: silnie unaczynioną i unerwioną strukturą wytwarzającą maz stawową. Maz ta odżywia chrząstkę, ponadto zawiera znaczne ilości kwasu hialuronowego, który zwiększa lepkość stawu i jest dobrym czynnikiem smarującym. Hialuronian jest głównym węglowodanem macierzy zewnątrzkomórkowej i mazi stawowej, ale znajduje się go również w gałkach ocznych, skórze i innych tkankach.

Choroby zwyrodnieniowe stawów są zaś istotnym problemem klinicznym znanym już od zamierzchłych czasów. Wiąże się to przede wszystkim z bardzo ograniczonym potencjałem naprawczym chrząstki stawowej. Już Hipokrates pisał, iż „raz uszkodzona chrząstka stawowa nie zagoi się nigdy”. Ocenia się, iż choroba zwyrodnieniowa, uważana za jedną z chorób cywilizacyjnych, dotyczy blisko 10% populacji, a w 25% przypadków prowadzi do znacznego ograniczenia aktywności życiowej. Konsekwencją procesu degeneracyjnego jest ograniczenie

zakresu ruchu stawu, osłabienie siły oraz wytrzymałości mięśni, a także zmiany patologiczne tkanek miękkich okolicy stawu. Często głównym, zauważanym przez pacjenta objawem jest występowanie dolegliwości bólowych. Powszechność choroby zwyrodnieniowej wiąże się ze znaczną liczbą sytuacji mogących prowadzić do rozwoju tej choroby. Są to przede wszystkim sumujące się w czasie życia przeciążenia i mikrourazy powodujące zapalenie błony maziowej, obniżenie stopnia lepkości mazi stawowej, która odżywia chrząstkę (chrząstki nie mają naczyń krwionośnych) oraz uszkodzenie warstwy podchrzęstnej. Czynnikiem przyspieszającymi zwyrodnienie stawów są m.in. otyłość (dotyczy zwłaszcza stawów kolana), osłabienie siły mięśni, choroby metaboliczne, takie jak dna moczanowa i procesy związane ze starzeniem się organizmu. Sam przebieg choroby zwyrodnieniowej jest przewlekły i długotrwały. Objmuje on zarówno zmiany niszczące, jak i wytwórcze. Pierwsze z nich prowadzą do zaniku chrząstki stawowej, drugie do wytworzenia narośli kostnych – osteofitów.

Choroba zwyrodnieniowa dotyczy przede wszystkim osób w wieku podeszłym. Według Nettera w populacji 75-latków liczbę osób z chorobą zwyrodnieniową ocenia się na blisko 80%. Te osoby powinny szczególnie się zainteresować odżywianiem swych chrząstek kwasem hialuronowym i glukozaminą. Poprawiając stan mazi stawowej – poprawia się odżywianie chrząstki. Zdrowy układ kostnostawowy jest konieczny dla komfortu codziennego życia. Pamiętajmy, że najlepszą rzeczą, jaką możesz sobie zaoszczędzić na stare lata – jesteś ty sam!



*Prof. dr hab. med. Jerzy Woy-Wojciechowski – ortopeda, jako piąty lekarz w kraju uzyskał specjalizację II stopnia z medycyny nuklearnej i tej dziedzinie poświęcił swą dalszą pracę. Wdrożył po raz pierwszy w Polsce badania kości za pomocą radioizotopów. Będąc Prezesem Polskiego Towarzystwa Lekarskiego przyczynił się do reaktywacji Izby Lekarskiej (1989) i utworzenia Domu Lekarza Seniora (1991). Jest współorganizatorem I Światowego Kongresu Polonii Medycznej i pomysłodawcą Sejmiku Polskich Lekarzy (1991).*

*Jest autorem i współautorem ok. 130 prac naukowych oraz blisko 700 artykułów prasowych o zdrowiu.*

### **Kwas hialuronowy a zwyrodnienie stawów**

Kwas hialuronowy działa kojąco na stawy i tkanki, zwiększa lepkość mazi stawowej, dzięki czemu zapewnia pozbawiony tarcia ruch stawu, a także nawilża i odżywia chrząstkę stawową. Kwas hialuronowy w chorobie zwyrodnieniowej stawów wpływa na mechanikę stawu. Najbardziej efektywne i racjonalne jest systematyczne podawanie kwasu hialuronowego, ponieważ ruchliwość zwyrodniałego stawu ulega poprawie, a proces odżywiania chrząstki znacznemu usprawnieniu. Preparaty z kwasem hialuronowym powinny stosować osoby w wieku podeszłym z rozwiniętą chorobą zwyrodnieniową, osoby po przebytych urazach stawów oraz po zabiegach operacyjnych na stawach, u których wskazane jest zwiększenie puli dostępnego kwasu hialuronowego koniecznego do prawidłowego procesu gojenia tkanek, a także osoby o małej aktywności fizycznej, u których należy poprawić warunki odżywiania chrząstki.

Nowość

Suplement diety

ORTON

(Kwas hialuronowy 22 mg)



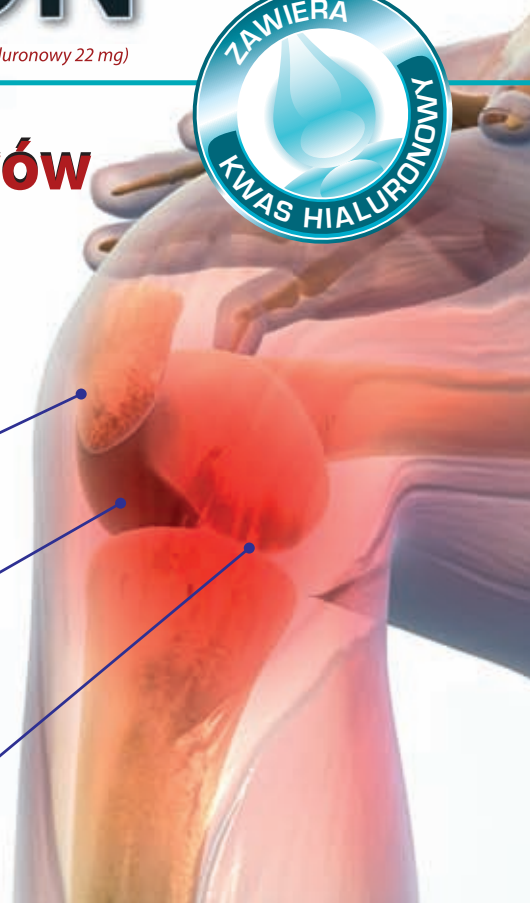
## Gwarancja sprawnych stawów

Orton to innowacyjny preparat zawierający **kwasy hialuronowy** niezbędny do prawidłowego funkcjonowania stawów:

*Odżywia chrząstkę stawową*

*Zwiększa lepkość mazi stawowej*

*Wspomaga pozbawiony tarcia ruch stawów*



ORTON zalecany jest:

- dla osób starszych
- dla osób z nadwagą
- dla osób aktywnych fizycznie



Producent: Przedsiębiorstwo Farmaceutyczne Lek-Am Sp. z o.o.

# Zapytaj o Orton w swojej aptece!