

ARTROSE: PREVENÇÃO E TRATAMENTOS

O QUE É ARTROSE?



Também chamada de **OSTEOARTRITE** é uma doença que degenera a superfície articular cartilaginosa. Em palavras mais simples, trata-se do desgaste das cartilagens, que são os amortecedores das articulações, provocando dor, deformidade, perda de força e

atrofia muscular. O paciente com artrose de joelhos cai mais facilmente, podendo levar a fraturas graves e incapacitantes.



PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA ARTROSE

Medidas simples no estilo de vida podem ajudar a prevenir ou diminuir a dor, tais como

- ◆ exercícios
- ◆ perda de peso
- ◆ anti-inflamatórios
- ◆ analgésicos
- ◆ colágenos
- ◆ infiltrações
- ◆ fisioterapia
- ◆ acupuntura
- ◆ órteses
- ◆ próteses

Os anti-inflamatórios devem ser usados por pouco tempo, associados a analgésicos. Os exercícios devem ser feitos baseados na orientação do fisioterapeuta ou do educador físico.

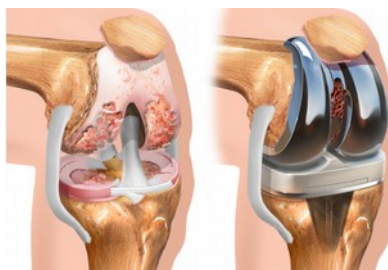
Uma dieta balanceada ajuda a perder peso e ganhar massa muscular, enquanto a acupuntura e a fisioterapia diminuem a dor, ampliam o ângulo de movimento e fortalecem a musculatura.

As infiltrações são feitas para que o interior da articulação seja medicado diretamente. Feitas com cortisonas diminuem rapidamente a dor e restabelecem o movimento.

Já a viscosuplementação, um tipo de infiltração aonde a medicação infiltrada imita o líquido articular melhora a qualidade das cartilagens e a lubrificação interna, diminuindo a dor.



A viscosuplementação só pode ser feita pelo médico e não deve doer, além da picada na pele, pois o líquido é injetado no espaço articular.



A artrose não tem cura, porém pode ser retardado o processo de destruição da cartilagem com as medidas e medicamentos descritos para que o

paciente melhore a sua qualidade de vida.

Pacientes com artrose não tratada caem mais, fraturam mais, tem mais depressão e vivem menos e com baixa qualidade de vida. Pense nisso e se trate!

Procure o médico de sua confiança para voltar a viver plenamente!

A Clínica da Vila tem a infra-estrutura para o tratamento da Fibromialgia:

- ◆ Ortopedia
- ◆ Psicologia
- ◆ Nutricionista
- ◆ Fisioterapia
- ◆ R.P.G.
- ◆ Acupuntura

Visite nosso site, conheça outras especialidades e médicos, além de muita orientação geral sobre sua saúde.

www.clinicadavila.com.br



9.9396.8054

Marque sua consulta pelos e-mails:

clinicadavila@uol.com.br

clinicadavila@yahoo.com.br

ou pelos telefones

2958-6122 – 2792-6122

2792-6120 – 3637-7473