



МУСКУЛНО-СТАВНИ БОЛКИ

Мускулно-ставните болки са толкова често явление, че според лекарите от клиника Мейо в САЩ най-малко 80% от хората имат поне веднъж в живота си такива оплаквания. Така например, **болките в гърба** са измежду най-често срещаните причини за отсъствие от работа и посещение при лекар.

Какви са причините за болките в гърба:

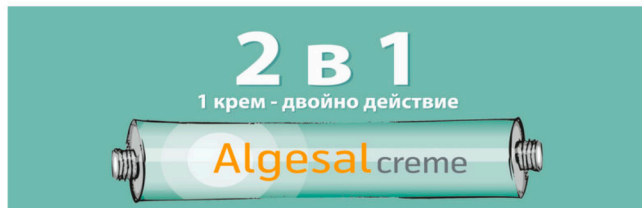
Експертите смятат, че болката в гърба е резултат на нарушен функционален баланс между кости, мускули и ставни връзки. Причините могат да бъдат най-разнообразни. Самата болка е израз на увреждане на мускулите около гръбнака, прешленните дискове, връзките и прешленните стави като например, интензивно физическо пренатоварване или заемане на неправилно положение за продължително време. Много често истинската причина се крие зад деформацията на: мускули, ставни връзки или просто мускулен спазъм с една проста причина като: ежедневна активност или неправилна стойка на тялото или остеоартроза. Мускулно - ставните болки могат да бъдат предизвикани и от увреждане или гразнене на тъканите около самите стави – т.нар. връзки и сухожилия, от мускулни претоварвания, увреждане на костите (най-често остеопороза), при редица несвързани с мускулно-скелетния апарат заболявания като миалгия (болки в мускулите), артралгия (болки в ставите) при вирусни заболявания (например грип). Не трябва да забравяме, че понякога, причината може да бъде твърде сериозна като: счупване на диск от гръбначен стълб.

Ето защо срещата с лекар е важна и неизбежна, ако болката не се повлиява и не намалява своята сила в рамките на няколко дни.

Основните принципи на лечението: За щастие в повечето случаи болката в гърба отзвучава без специална помощ само с малко внимание и лечебни процедури при домашни условия.

Основните принципи на лечението включват: Бързо облекчаване на болката и борба с възпалението. Плюс задължителното допълнение от упражнения за възстановяване на обхвата на движенията и подобряване на силата на мускулите и издръжливостта им.

ПРИ МУСКУЛНИ И СТАВНИ БОЛКИ



Обезболяващо

Миртекаин е локален анестетик, който облекчава болката бързо



Болкоуспокояващо и противовъзпалително

Диетиламин салицилат
намалява болката
и възпалението