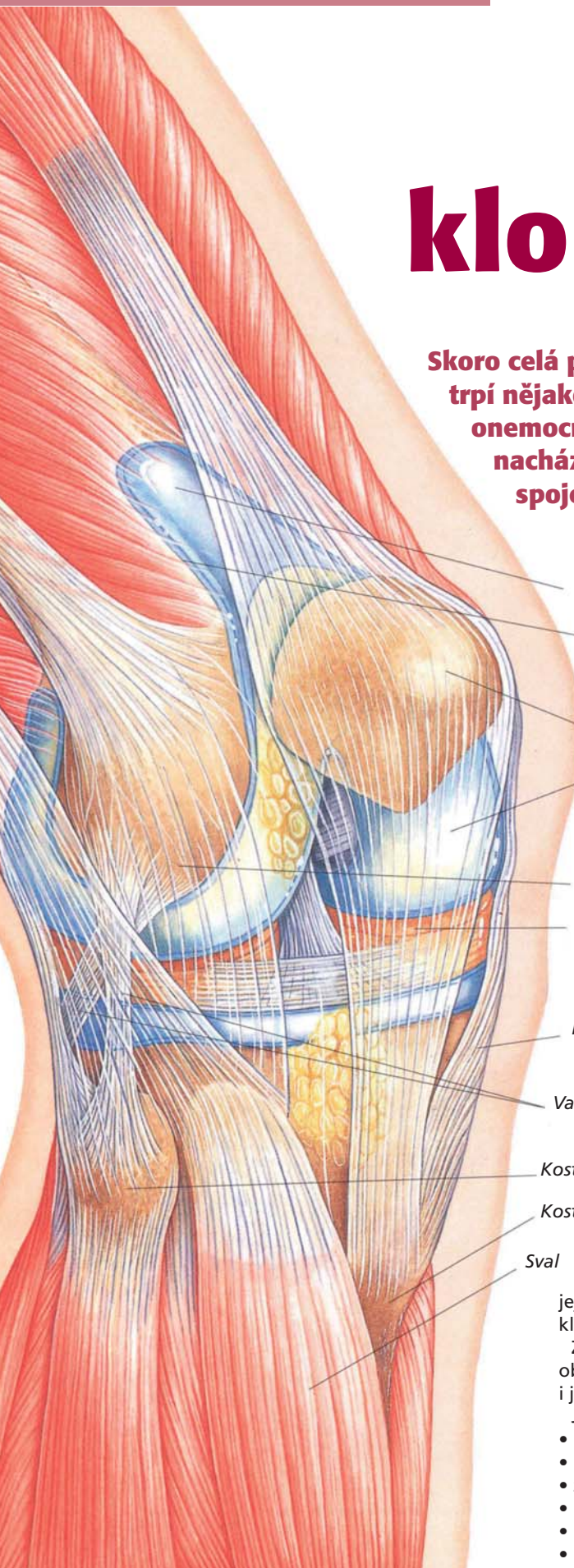


Máte kloubní potíže?

Skoro celá polovina obyvatel České republiky trpí nějakou formou kloubního revmatického onemocnění. Není divu. V lidském těle se nachází zhruba 210 kostí a více než 180 je spojeno kloubem.



- Kloubní (synoviální) vaz
- Synoviální blána
- Češka (patella)
- Průhledná (hyalinní) chrupavka
- Kost stehenní
- Kloubní destičky (menisky)
- Kloubní pouzdro
- Vazy
- Kost lýtková
- Kost holenní
- Sval

Kloubní potíže mnohdy nesouvisí s věkem. Nadváha, přílišná horlivost při sportu a také toxické látky všude kolem, to jsou příčiny toho, proč si na bolesti kloubů nestěžují dávno jen senioři. První potíže s klouby mohou nastat již okolo 20. roku věku člověka. Nemusí ani nic bolet, protože může několik let trvat, než se nemoc plně rozvine.

Necelá polovina z nás si přinese náchylnost k těmto potížím v genetické výbavě, přizívujeme ji pak nadváhou, nezdravým životním stylem a tím, že se moc nehýbeme, ale na druhou stranu i nadměrnou fyzickou aktivitou. Přičtete si k tomu i fakt, že jsme obklopeni velkou spoustou toxinů.

Kloubní potíže významně snižují kvalitu života a při neléčených stavech mohou vést až k pracovní neschopnosti. Obecně platí pravidlo, že čím větší zatěžování kloubů, tím výraznější poškození kloubů ve vyšším věku.

Bez kloubů bychom neudělali jediný krok nebo pohyb. Slouží nám celý život, ale ne vždy pracují, jak bychom chtěli. Víte, co se v kloubech s přibývajícím věkem děje?

Podle tradiční čínské medicíny je bolest kloubů vyvolána průnikem a usazením chladu, větru nebo vlhkosti v kloubech a okolních partiích. Děje se tak proto, že klouby jsou poměrně exponované oblasti,

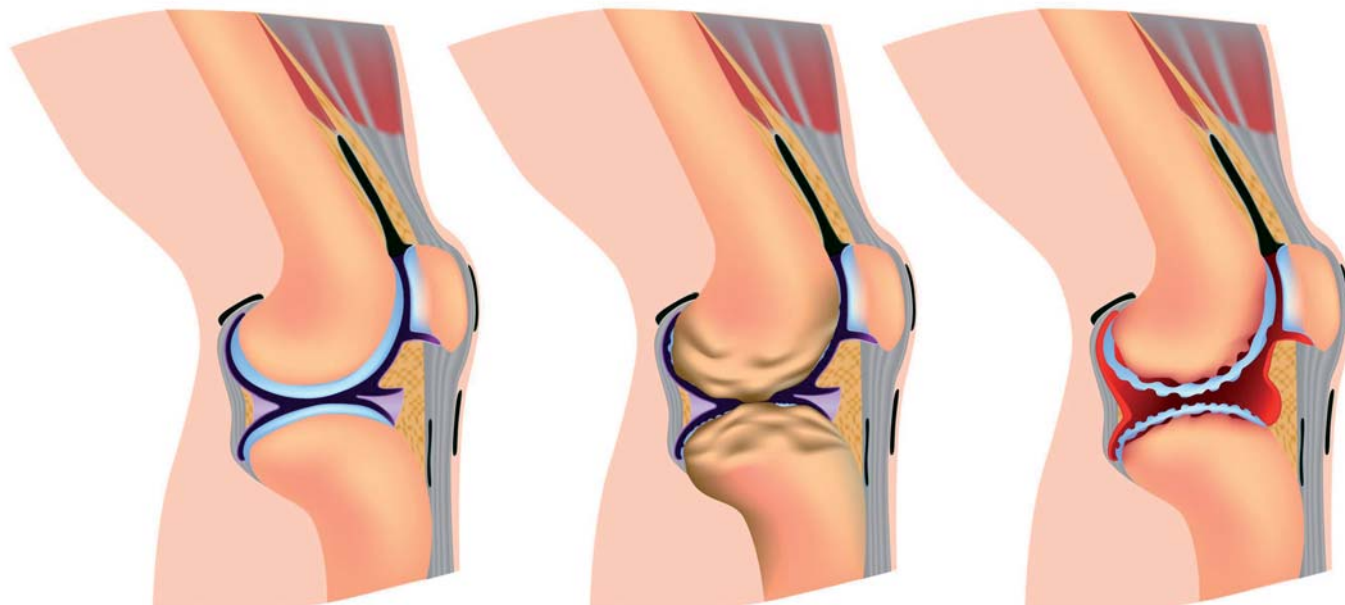
jejichž přetížení je relativně časté. Kvůli tomu je průnik vnějších patogenů do kloubů mnohem snadnější než u jiných partií.

Zdraví pohybového aparátu ovlivňuje funkce vnitřních orgánů. Klouby obecně podléhají okruhu ledvin. Na jednotlivé struktury ale mohou mít vliv i jiné orgány (chrupavka, šlachy, vazy – játra, synovie – slezina).

Jednotlivé klouby jsou pak ještě pod vlivem různých orgánů:

- kolena – ledviny – ledviny
- ramena – ledviny – plíce
- zápěstí – ledviny – slezina
- kotníky – ledviny – slezina
- kyčle – ledviny – játra
- lokty – ledviny – játra

Obecné typy artritidy



zdravý kloub

osteoartritida

revmatoidní artritida

Je zde ale oboustranná vazba. Například při onemocnění kloubů kyčelních se často dostaví žlučňkové potíže a naopak při žlučňkových potížích mnohdy dochází k bolestem kyčelních kloubů.

Nemoci postihující klouby

Revmatismus

Pojem revma v medicínské terminologii vlastně neexistuje. Pod tímto názvem se rozumí onemocnění vaziva, která postihují především klouby a měkké části kolen.

Jinak řečeno revma je souhrnný název pro různá onemocnění kloubů, vazů, šlach a svalů. K nejznámějším patří artróza nebo revmatoidní artritida.

Artróza a artritida jsou zcela odlišná postižení poškozující klouby. Svými projevy se ale výrazně prolínají a v konečném důsledku se projevují shodně. Při obou postiženích bolí klouby.

Artróza

Jedná se o chronické degenerativní onemocnění způsobené ztrátou chrupavky, její nedostatečnou obnovou či vysycháním. Artróza je spojována s procesem stárnutí, což však není hlavní příčinou jejího vzniku. Vyšší věk sice ovlivňuje schopnost obnovy chrupavky, ale podstatnou úlohu hraje i mnoho dalších faktorů. Mezi ně patří nadváha, dědičné dispozice, nadměrné zatěžování sportem nebo namáhavou prací a např. i hormonální faktory. Právě proto jsou ženy po menopauze jejím rozvojem ohroženy dvakrát více než muži. Vliv mají i některé endokrinní choroby, např. cukrovka či porucha štítné žlázy.

Artróza se rozvíjí velice pomalu několik let až desítek let. Začíná se projevovat

změnami v metabolismu chrupavky, což narušuje její stavbu a dochází ke ztrátě pevnosti a pružnosti. Na jejím povrchu se začnou objevovat drobné trhlinky, chrupavka se nerovnoměrně ztenčuje. První potíže se dostaví až ve chvíli, kdy již není plně schopna vykonávat svoji funkci, což vyvolá zvýšenou zátěž okolních tkání. Subchondrální kost začne ve snaze stabilizovat kloub měnit svoji strukturu, na okrajích se tvoří výrůstky – osteofyty. Ty však omezují i pohyblivost kloubu a v pozdější fázi ho mohou deformovat. Typická bolest není způsobena poškozením samotné chrupavky (chrupavka nemá inervaci), nýbrž drážděním okolní tkáně osteofyty. I když se jedná o nezánettivé onemocnění, může toto podráždění vyvolat zánět, při němž dochází k otoku následkem zvýšeného množství tekutiny. Hlavní projevy jsou bolest, omezená hybnost a ztuhlost, hlavně po ránu a po delší nečinnosti.

Osteoartróza může postihnout jakýkoliv kloub, nejčastěji se jedná o velké nosné klouby, ploténky páteře a malé klouby rukou.

Podle lokalizace se proto mluví o:

- gonartróze – u kolena
- koxartróze – u kyčle
- risartróze – u kloubů ruky
- spondylartróze – u páteře

Mezi další výrazy, na které můžeme narazit, patří:

- monoartikulární – postižen je pouze jeden kloub
- oligoartikulární – postiženy jsou dva až čtyři klouby
- polyartikulární – jedná se o zasažení většího počtu kloubů

Artritida

Je to zánět kloubů, většinou revmatického původu, objevuje se již v mladších věkových skupinách. Nejčastější jsou kloubní potíže na obou polovinách těla.

Revmatoidní artritida je autoimunitní onemocnění. Napadá vnitřní vrstvu kloubního pouzdra (tzv. synovium). Rozvíjí se poté, co bílé krvinky (leukocyty) proniknou z krevního řečiště do kloubní dutiny a sehrají zde významnou roli při zánětu synoviální membrány. Postupem času zanícená synoviální membrána přeroste v panus – prokvenou vrstvu granulační tkáně, která těsně přiléhá na kloubní chrupavku. Panus chrupavku a často i kost ležící pod ní rozruší. Jakmile je chrupavka zničena, panus se přemění na vazivovou jizevnatou tkáň, která spojuje kostní konce. Tato jizevnatá tkáň může zkostnatět a konce kostí se spolu spojí, čímž je kloub znehybněn. Tento stav je označován jako ankylóza (kloubní znehybnění) a často způsobuje ohnuté deformované prsty.

Mezi příznaky revmatoidní artritidy se řadí:

- otoky kloubů
- citlivost kloubů na dotek
- bolest kloubů
- načervenalé a oteklé ruce
- ranní ztuhlost kloubů, která trvá alespoň 30 minut
- zatvrdlé bouličky tkáně pod kůží, zejména na horních končetinách (tzv. revmatické uzlíky)
- zvýšená teplota
- úbytek hmotnosti
- výpotek v kloubu

Příznaky jsou někdy natolik vážné, že pacient má problém vykonávat zdánlivě jed-

noduché činnosti, např. otevřít zašroubovanou láhev nebo jít na procházku.

Riziko vzniku revmatoidní artritidy mohou zvýšit následující faktory:

- pohlaví (více náchylnější jsou ženy než muži)
- věk (nejčastěji 40–60 let)
- rodinné predispozice
- kouření



Deformace kloubu

Revmatoidní artritida se vyskytuje 2–3krát častěji u žen než u mužů a její první příznaky se většinou objeví mezi 40. a 60. rokem věku. Onemocnění však může postihnout i malé děti (juvenilní idiopatická artritida) nebo naopak seniory.

Z detoxikačního hlediska je nejvýznamnější zátěž stresem a cizorodou bílkovinou. Imunitním systémem nezvládnutá cizorodá bílkovina je zabudována do tkáně, kterou dráždí k produkci histaminových mediátorů, ty způsobují vznik trvalého zánětu tkáně.

Pro detoxikaci můžeme použít tyto preparáty:

- **ArtiDren, Cranium, Streson, Emoce, UrinoDren, VelienDren, LiverDren**
- **Metabol, Metabex, Non-grata, MindDren, Spirobor, Antivir, Chlamydi, Nobacter**

Infekce kloubu

Je vyvolaná bakteriemi nebo jinými mikroorganismy, které způsobují těžký zánět, otok, silné bolesti, horečku až třesavku.

Typická je artritida chlamydiová, virová, boreliová, salmonelová, tuberkulózní, gonokoková, yersiniová a další.

Infekční artritida obvykle napadá kolenní kloub oslabený artrózou.

Osteoporóza

Bývá definována jako metabolická kostní choroba, která se projevuje řídnutím kost-

ní tkáně. V kostech se vytvářejí póry, dochází k úbytku vápníku a jiných minerálů.

Příčinou může být:

- podvýživa – nedostatek vápníku a vitamínu D, BMI nižší než 19
- nedostatek pohybu
- věk
- menopauza (úbytek estrogenů přispívá k odbourávání kosti)
- metabolická porucha (následná porucha vstřebávání minerálů)
- autoimunitní onemocnění příštítných tělísek

Osteoporóza se projevuje bolestí zad, snadnou lomivostí kostí, zmenšením tělesné výšky (až o 20 cm), zmenšenou pohyblivostí hrudního koše a páteře a vytvořením hrbu (kyfóza).

U osteoporózy je třeba počítat s dlouhodobou detoxikací a zlepšením až v horizontu jednoho roku.

I. MindHelp, ThyreoDren, OsteoDren

II. UrinoDren, MindDren, Antimetall

III. Metabol, Hypotal, Ionix

A pak dle dalšího měření: **Antimetall Cd, Pb, Autoimun, Cranium, Emoce (EmoDren), Imun, InfoDren KI, Nodegen, NeuroDren, Streson (StressHelp), UrinoHelp**

Zánět šlach a tíhového vřáku

Onemocnění je známo jako „koleno uklížečky“. Postihuje nejčastěji běžce a osoby, jejichž činnost vyžaduje dlouhé klečení, které přetěžuje šlachy, vazy a tíhové vřáky.



Náhrada kolene

ky. Vyznačuje se bolestí, ztuhlostí, otokem a napětím kolen, které se zhoršuje při pohybu.

Zánět česky

Bolest těsně pod kolenní česky, zhoršuje se při sezení nebo při natažení končetiny. Objevuje se po běhu nebo při skákání, při pohybu se bolest zhoršuje. Většinou jde o zánět českové šlachy.

Přetržené vazivo

Projevuje se „rupnutím“ v okamžiku zranění, následnou bolestí, otokem, tzv. „nepřetrženým kolenem“ a potížemi při chůzi.

Dna

Patří mezi velmi nepříjemná chronická onemocnění kloubů a ledvin. Postihuje nejčastěji muže středního věku, kteří rádi hodují. Ženy onemocní dnou jen výjimečně. Jsou chráněné ztrátou purinových látek při pravidelném krvácení.

Dnu způsobuje obrovské množství kyseliny močové v krvi a vysrážení této kyseliny v kloubech nebo v ledvinách, kde způsobuje zánět. U kloubů jde o zánět akutní, v ledvinách o plíživý, který může být dlouhodobě nenápadný. Kyselina močová je konečný produkt metabolismu purinů. Puriny jsou metabolit rozkladu živočišných bílkovin.

Nadměrná hladina kyseliny močové (urey) v krvi vznikne tehdy, pokud jedinec není dostatečně vybaven enzymy, které si dokážou lehce poradit s látkou purinového charakteru, jež tímto metabolismem vznikají. Za normálních okolností je devadesát procent znovu zuzítkováno a jen deset procent přeměněno na xantiny a následně na kyselinu močovou.

Velmi často se urea usazuje přednostně v kloubu palce u nohy, ale ohrožené mohou být i jiné klouby jako kotníky, kolena, zápěstí i klouby prstů. Obvyklým prvním příznakem je prudká bolest, která se velmi často objevuje až v noci. Postižený kloub je oteklý, kůže je zarudlá, horká, suchá a lesklá.

Detoxikace:

- **LiverDren** – játra jsou hlavní enzymatický orgán
- **UrinoDren** – přebytek kyseliny močové jsou vylučovány močí
- **Metabol, Metabex, Nodegen** – důležité je uvolňování kyseliny močové z tkání
- **MindDren, Antimetall** – přítomnost oliva zvyšuje neschopnost organismu recyklovat puriny
- **Dieta** – nutno vynechat vnitřnosti, mořské plody, luštěniny, sardinky, červené maso, masové vývary, alkohol

Pokud chcete kloubním onemocněním účinně předcházet, dodržujte zdravý životní styl s vhodnou stravou a přiměřenou fyzickou námahou a hlavně detoxikujte!

Mária Vlachová, DiS.

Zdroje: www.artroza.cz

www.ordinace.cz; www.wikipedia.cz

www.attra.cz; letní škola 2008

Ilustrace: www.samphotostock.cz

Walker, R. a spol.: *Velká rodinná*

encyklopedie lidského těla. Slovart,

Praha 2003

Williamssová, F., Brewer, D., Smith, T.

a spol.: *Lidské tělo. Fortuna Print,*

Praha 2003

Názory uvedené v této rubrice se nemusí shodovat s názory redakce. Redakce nenese odpovědnost za správnost údajů zde uvedených.

ArtiDren

ArtiDren je detoxikační preparát z kategorie Drenů. To znamená, že takový preparát bude účinkovat na odstranění mikrobiálních ložisek z určité oblasti. Jak už sám název napovídá, articulatio znamená latinsky kloub, a proto bude tento preparát zaměřen na odstranění mikrobiálních ložisek z kloubů.



druhém místě by stálo poškození kloubní chrupavky. Třetí, nejvzácnější problém se týká zánětu synovie.

Kloubní pouzdro je vazivová tkáň sestavená především z vaziva kolagenního. V kloubu se však vyskytuje také vazivo elastické a některé další typy. Vazivo je pojivová tkáň a chrupavka je rovněž pojivo, tedy přímý příbuzný, ba dokonce sourozenec vaziva. Zatímco vazivo disponuje relativně slušnou schopností regenerace, chrupavka má minimální, nebo pomalou, tedy dlouhodobou schopnost regenerovat. Jestliže vlivem mikrobiálního ložiska dochází k zánětu kloubního pouzdra, po odstranění ložisek se pouzdro zcela zregeneruje a může se stát opět plně funkčním. Chrupavka, která je zatížena ložisky, však vinou mechanických vlivů degeneruje, opotřebovává se, a proto je i po odstranění ložisek regenerace minimální, anebo dlouhodobá, která trvá řadu let.

Záleží ovšem také na výživě. Například vitamin C je důležitým regenerátorem u chrupavky. Při jeho nedostatku chrupavka strádá po stránce výživy. Další výživové podmínky známe z televizních reklam: důležité složky, které tvoří kvalitu chrupavky, jsou glukosaminsulfát a chondroitinsulfát.

Vazivo, tedy i chrupavky, patří do okruhu jater. Játra, jak už jsme si v řadě článků vysvětlili, tvoří nejzatíženější orgán našeho těla, a to nejen po stránce fyziologické, ale také po stránce psychické. Patologickou energii jater totiž živí stres a agrese. Stres je přímým produktem existenční nejistoty.

Pozor na glukosaminsulfát a chondroitinsulfát při borrelióze

Známa chondroprotektiva glukosaminsulfát a chondroitinsulfát jsou kontraindikována při lymeské borrelióze. Obě tyto látky se používají do kultivačního média pro růst borrelií a podporují tak jejich množení. Bolesti kloubů při lymeské borrelióze se proto po užívání glukosaminsulfátu či chondroitinsulfátu mohou výrazně zhoršit.

Zdroj: www.oring.cz

Tím však problematika tohoto preparátu nekončí. Kloub sestává ze tří důležitých částí: kloubní chrupavky, kloubní synovie a kloubního pouzdra. Kdybychom se na to podívali z procentuálního hlediska, zjistili bychom, že nejvíce bolestí kloubů je způsobeno záněty kloubního pouzdra, na

Proto také většinu lidí klouby bolí a u velkého procenta z nich ve druhé polovině života klouby degenerují. To tedy znamená, že se opotřebovává také chrupavka. Syno-

vie je pod vlivem sleziny a tvoří epitel, tedy další typ tkáně, který má oporu ve slezině.

Jelikož kloubní problematika je v populaci značná a mnozí lidé přicházejí s bolestmi kloubů, šlach a svalů, bylo potřeba doplnit arzenál preparátů, které na tento problém budou účinkovat. Pamatujme si tedy, že k ArtiDrenu vždy přidáváme LiverDren, někdy VelienDren. Klouby jsou silně emocionálně zatížené orgány, a proto neváháme s doplněním celé komplexní terapie o preparáty Streson a Emocea.


Protože problémy s klouby jsou i součástí širších problémů organismu, nejsou nikdy izolované, bylo potřeba vytvořit preparát, který postihne potíže s vazivem v širší míře. Tento preparát je ve schvalovacím řízení. Ponese název Conectid. Až bude schválen, řekneme si o něm více. Teď však už budeme vědět, že ho zajisté přidáme k ArtiDrenu.

Problémy s klouby, tedy s kloubním vazivem, bývají signálem některých dalších vazivových defektů. Ty mohou být skryté, anebo se projevují tak nenápadně, že nikoho ani nenapadne, že by mohlo jít právě o vazivo. Bude třeba naučit se diagnostikovat tento problém. A to, jak doufám, na podzimních setkáních učiníme.

Abychom se nezabývali klouby a nepřehlédli přitom závažné onemocnění cév, gynekologických orgánů, srdce a podobně, z toho důvodu budeme preparát Conectid přidávat k tomuto kloubnímu léčebnému komplexu.

K preparátu ArtiDren pak budeme přidávat ještě další preparáty, o kterých se však zmíním někdy příště. V tuto chvíli bych chtěl upozornit na možnosti preparátu Biosalz v kombinaci s MindDrenem, protože „odsolení“ kloubů je rovněž významným detoxikačním počinem.

Obecně se uvádí klišé, že klouby jsou v závislosti na okruhu ledvin. To však můžeme s jistotou tvrdit pouze do určité míry. Právě usazování různých metabolitů a solí hraje svou roli a ledviny rozhodují do značné míry o minerálním hospodářství. Také úzkost vede ke kloubnímu poškození. Úzkostní lidé mají s klouby a páteří větší potíže než lidé psychicky vyladěni. Proto je závislost kloubů na okruhu ledvin poněkud jiného druhu, než si obecně myslíme. Pro naši detoxikaci je třeba držet se především vlivů jater – ta hrají zásadní úlohu v konfiguraci vaziva.

V každém případě je ArtiDren jeden z preparátů, který je podáván často. Jelikož medicína nemá pro vyléčení kloubních problémů téměř žádné prostředky, lidé s tímto typem potíží se na nás často obracejí. 

MUDr. Josef Jonáš

Preparát Conectid je v současné době ve schvalovacím řízení, není tudíž zatím dostupný. O jeho uvedení na trh však budeme informovat (pozn. red.).