

Ваша индивидуальная программа лечения.

Дата	Время
1	
Дата	Время
2	
Дата	Время
3	
Дата	Время
4	
Дата	Время
5	

Пожалуйста, примите к сведению:

---



---



---



---



**Recosyn®**  
Ваш «плюс» для  
лечения артрозов.

- +** Ощутимое улучшение подвижности
- +** Значительное уменьшение суставной боли
- +** Полная поддержка от вашего врача
- +** Доказанный многолетний опыт

Дополнительные вопросы Вы можете задать своему лечащему врачу.

Печать врача



**Recosyn®**  
Ваш «плюс» для  
лечения артрозов.

# Recosyn®. Ваш «плюс» для улучшения качества жизни.

- ✚ Ощутимое улучшение подвижности
- ✚ Значительное уменьшение суставной боли
- ✚ Полная поддержка от вашего врача
- ✚ Доказанный многолетний опыт



## Уважаемый пациент,

Вам порекомендовали применять препарат Recosyn® – медицинский продукт, который значительно уменьшает боль в суставах и повышает подвижность как в повседневной деятельности, так и при занятиях спортом. Recosyn® обеспечит Вам не только помощь в борьбе с артрозом, но и надежность многолетнего опыта и полную поддержку от Вашего врача.

## В этой брошюре Вы получите информацию о

- работе суставов;
- клинической картине артроза (вместе со сведениями о происхождении заболевания и описанием типичных жалоб);
- лечении препаратом Recosyn® (гиалуроновой кислотой);
- том, как Вы можете предотвратить дальнейший износ суставов и обеспечить поддержку своим суставам в ходе лечения препаратом Recosyn®.

Дополнительные вопросы Вы можете задать своему врачу-специалисту.



# Наш сустав под увеличительным стеклом.

## 1. Как работают наши суставы

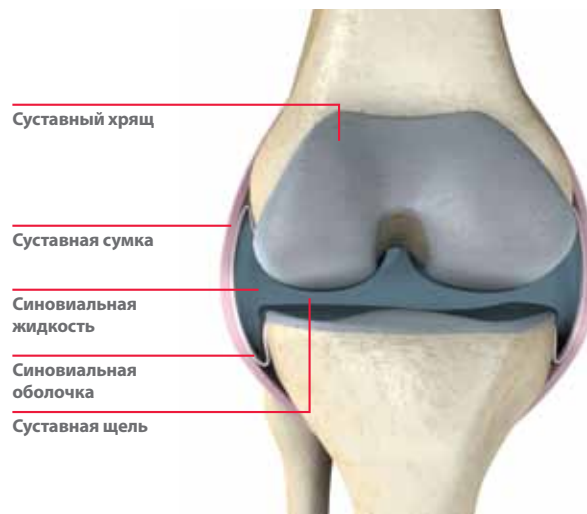
Задача суставов – обеспечивать подвижное соединение различных костей между собой. Наши суставы обеспечивают нам подвижность на протяжении всего дня: во время работы, отдыха и занятий спортом. Чтобы движения выполнялись безупречно, в организме одновременно запускается несколько связанных между собой механизмов.



- Мышцы, связки, сухожилия и суставные сумки обеспечивают поддержку и подвижность костей.
- В здоровом суставе концы костей покрыты хрящевым слоем. Гладкий хрящ позволяет суставу двигаться практически без трения.
- Между хрящами находится суставная жидкость; она:
  - «смазывает» сустав, чтобы облегчить его движение;
  - защищает поверхность хряща от истирания;
  - амортизирует удары;
  - обеспечивает суставные хрящи питательными веществами.

Суставная жидкость вместе с хрящем образуют своего рода амортизатор.

## Здоровый коленный сустав



# Артроз: причины и симптомы.

## 2. Артроз как клиническая картина

Артроз – это типичное явление при истирании и износе суставных хрящей. Истирание хрящей в суставе вследствие увеличения нагрузки приводит к воспалению суставной сумки.

Более того, изменяется суставная смазка: она «разжижается» и теряет смазочные свойства. Такие изменения могут сопровождаться болями или другими жалобами. Артроз развивается медленно и вялотекуще. Он может проявиться не только в зрелом возрасте, но и у более молодых людей вследствие определенных факторов риска. Причинами могут стать: односторонняя нагрузка,

недостаток движения, избыточный вес, врожденное или приобретенное неправильное положение суставов (например, вальгусная и варусная деформация ног или дисплазия тазобедренного сустава). Артроз может развиваться во всех суставах, в первую очередь, в местах, подверженных повышенной нагрузке. Наряду с коленными, тазобедренными и плечевыми суставами также могут быть поражены мелкие суставы, такие как суставы пальцев, пястно-седловидное сочленение, суставы пальцев стоп или межпозвонковые сочленения (второе название – фасеточные суставы).

При прогрессирующем артрозе хрящ может полностью износиться так, что в результате кость будет тереться о кость. Истершийся хрящ больше не восстанавливается. В этом случае еще можно провести замену сустава искусственным имплантатом. Поэтому очень важно заблаговременно остановить процесс износа суставов. В процессе лечения гиалуроновой

кислотой в организм извне поступает заменитель суставной жидкости, таким образом, восполняя естественную суставную смазку.

### Изношенный коленный сустав



### Какие жалобы могут указывать на артроз?

- Ограничение подвижности после длительного нахождения в состоянии покоя («утренняя скованность»).
- Чувствительность суставов к погоде.
- Боль при нагрузке.
- Ограничение подвижности.
- Отечность.
- Локальное повышение температуры сустава.
- Боль во время отдыха и ночью.
- Хруст в суставах.

# Задача нашей терапии – предотвратить износ.

## 3. Лечение препаратом Recosyn® (гиалуроновой кислотой)

Гиалуроновая кислота является натуральным веществом, которое выполняет важные физиологические задачи во многих органах нашего тела, например, в коже, глазах и суставах. В суставах гиалуроновая кислота придает суставной жидкости вязкую консистенцию и, таким образом, обеспечивает хорошее скольжение хрящей. В процессе износа хрящей при артрозе суставная смазка «загрязняется и расходуется». Введенная в сустав гиалуроновая кислота, образно говоря, формирует новую «смазку» в суставе, аналогично замене масла в автомобиле.



Врач вводит Recosyn® непосредственно в полость сустава. Как правило, этот укол не больше укола в ягодицу.

Эффект – уменьшение болей и подвижность сустава – часто наступает уже после первых процедур и усиливается в ходе курса лечения. Препарат Recosyn® производится биотехнологическим способом и отличается

высокой чистотой. Он не содержит белка животного происхождения и, таким образом, обладает незначительным аллергическим потенциалом. Как правило, пациенты хорошо

переносят препарат. Recosyn® действует практически только в суставе и распределяется исключительно по суставной полости. В ней Recosyn® восполняет или заменяет патологически измененную синовиальную жидкость. При необходимости терапию можно повторить несколько раз.

## Наши продукты – современное решение для каждого сустава

Recosyn® можно использовать для всех суставов, часто подверженных артрозу, таких как коленный, тазобедренный, плечевой суставы, суставы пальцев кистей и стоп, голеностопный сустав или межпозвоночные суставы.

# Recosyn®



Лечение препаратом Recosyn®



# Лучшие советы для предотвращения износа суставов.

## 4. Общие советы

- Снизить массу тела посредством изменения рациона питания.
- Избегать резких поворотов или таких положений тела, при которых повышается нагрузка на суставы.

### Важно!

- Двигаться умеренно, но регулярно: идеально подходят щадящие для суставов виды спорта, такие как плавание, езда на велосипеде, пешие прогулки, (нордическая) ходьба, бег на длинные дистанции и танцы. Часто благотворное воздействие на суставы оказывают подводный массаж и гимнастика в воде, так как в воде с суставов снимается нагрузка.

## Специальные советы при артрозе

- Тепловое лечение, например, лечебными грязями (стимулирует кровоток и обмен веществ).
- Ванночки для пальцев рук и ног с теплой водой (для облегчения болей).
- При активном (воспалительном) артрозе: холодные компрессы (для облегчения болей).



## При занятиях спортом

Проконсультируйтесь со своим врачом-специалистом! Некоторые пациенты, у которых диагностировали артроз, считают, что теперь они должны беречь суставы. Это верно лишь отчасти! Основное правило: **«много движения – мало нагрузки»**. Нагрузку необходимо снизить на 30 %. Если сустав не двигается, процесс дегенерации лишь усиливается. Кроме того, ослабляются мышцы. Поэтому важно двигаться умеренно, но регулярно. Обратитесь за помощью к профессионалам: лечебная гимнастика под руководством специалиста; ультразвуковая или тепловая терапия (например, лечебными грязями). Перечисленные методы считаются классическими для облегчения болей при артрозе.



### Важно!

Избегайте длительного нахождения в стоячем или сидячем положении: прежде всего, Вам необходимо чаще менять положение тела и приобрести эргономичную мебель.



## Recosyn® | Recosyn® forte | Recosyn® Uno Recosyn® m.d



**Recosyn®, Recosyn® forte, Recosyn® m.d. и Recosyn® Uno** (медицинский продукт, CE 0120)

**Области применения:** для облегчения болей и при ограниченной подвижности, возникших вследствие дегенеративных или травматических изменений синовиальной сумки сустава (остеоартроз). **Recosyn® Uno:** для облегчения болей при артрозе коленного сустава. Стерильный готовый шприц для внутрисуставного введения. Для ознакомления с информацией относительно рисков и побочных действий см. листок-вкладыш. Вы также можете обратиться за информацией к своему врачу или фармацевту. **По состоянию на:** апрель 2014 г. Recordati Pharma GmbH, Eberhard-Finckh-Str. 55, 89075 Ulm.