

Muskel-/skjelettlidelser



Muskel- skjelettlidelser er den hyppigste årsaken til sykefravær og uføretrygding i Norge

Muskel- og skjelettplager omfatter et bredt spekter av tilstander. Det kan dreie seg om enkle plager som smerter i rygg, nakke og ledd. Eller det kan dreie seg om revmatiske sykdommer som involverer større deler av kroppen, og hvor hud, slimhinner, lunger og andre organer også kan rammes. For eksempel lidelser som fibromyalgi, leddgikt, bekhtereiv, sjøgren osv.

300 000 nordmenn har en reumatisk diagnose, men langt flere har revmatiske plager uten diagnose.

Smerter i rygg, nakke og ledd, kan ofte relateres til posturologiske feil (se posturologi), feil bevegelsesmønster (se bevegelsesanalyse), eller dårlige arbeidsstillinger.



Når det gjelder de mer systemiske revmatiske lidelsene som leddgikt mv., er det mange faktorer som spiller inn, men her er det mye som ennå ikke er kjent vedrørende disse sykdommers årsaker.

Artrose

Artrose er den vanligste revmatiske sykdommen og forekommer oftest i hofter, knær og fingre. Leddbrusken blir nedslitt og leddene blir stive og smertefulle, noe som gjør det vondt og vanskelig å bevege seg. Alle mennesker får med årene skader på leddbrusken.

Personer som har hatt langvarige belastninger eller skader på ledd eller leddbånd er spesielt utsatt for å få artrose. Plagene kan også oppstå uten noen form for skade eller belastning i leddet, men har ofte sammenheng med økende alder, overvekt og mangel på mosjon.

Artrose betegnes som en sykdom når leddforandringene begrenser muligheten til å utføre daglige gjøremål og aktiviteter.

Antallet mennesker som får artrose øker over hele verden. Vi vet at minst 10% av befolkningen mellom 25 og 75 år har symptomer på sykdommen. Artrose betegnes som den nye folkesykdommen både i Norge og Europa.



Leddgikt

Reumatoid artritt, eller leddgikt, er en betennelsesaktig sykdom i ledd. Om lag 1% av befolkningen er rammet, og flesteparten er kvinner. Smerte, stivhet og hovne ledd er blant de vanligste symptomene, men også indreorganer lunger, hjerte og nyrer kan bli angrepet. Leddgikt kan oppstå akutt, men hos de fleste utvikler sykdommen seg gradvis. Som regel starter leddbetennelsen i håndledd, håndrotsledd, fingerledd eller forfotsledd.

Vi vet ikke hva som utløser leddgikt, men det synes å være et samspill mellom arvelig disposisjon og en eller annen faktor i miljøet. Mange forskere tror at infeksjoner kan utløse sykdommen, uten at det er bevist. Imidlertid vet vi at overvekt og røyking øker risikoen.



Barneleddgikt

Leddgikt hos barn arter seg nokså likt som hos voksne, men ofte er det bare noen få led som angripes. Noen utvikler en alvorlig type leddgikt med høy varierende feber og dårlig allmenntilstand. Sykdommen kan gi vektforstyrrelser, og barn kan også få regnbuehinnebetennelse. Barneleddgikt kan brenne ut, og 85% har full eller nesten full funksjon 25 år etter at sykdommen startet. Et nasjonalt kompetansesenter for barneleddgikt er lokalisert ved Rikshospitalet.

Bekhterev

Bekhterevs sykdom (ankylosing spondylitis) er en kronisk betennelsesaktig sykdom som først og fremst angriper leddene i hoftene og ryggspylen. Bekhterev kan også starte med leddbetennelser i større ledd som kne, hofte og ankel. Sykdommen rammer flest menn og de mest fremtredende plagene er smerter og stivhet i rygg, som lindres ved aktivitet og bevegelse. På lang sikt kan ryggen stivne helt på grunn av forbeining av ryggspylen.

Symptomene kan variere, men innebærer ofte store leddsmerter. Mange av symptomene blir forvekslet med andre revmatiske plager, og undersøkelse hos en revmatolog er som regel nødvendig for å stille diagnosen.



Psoriasisartritt

Psoriasis er en hudsykdom som gir utslett ulike steder på kroppen. Mange pasienter med psoriasis forteller at de har leddplager, og noen utvikler en spesiell leddsykdom. Psoriasisartritt er altså en kombinasjon av hudsykdommen psoriasis og leddbetennelsen artritt.

De fleste har psoriasis før de får leddsykdom, men psoriasisartritt kan også oppstå i omvendt rekkefølge. Hva som oppleves som mest problematisk varierer fra person til person, helt avhengig av hvordan hud- og leddsykdommen er hos den enkelte.

Urinsyregikt

Urinsyregikt, tidligere kalt podagra, arter seg som akutte smerteanfall i ledd – hovedsakelig i stortåa og foten. Betennelsen er tydelig og ofte blir foten eller tåa rød, varm og glinsende i huden. Mange opplever også sterk ømfintlighet og smerter ved bevegelse. Disse anfallene er ofte lette å kjenne igjen. Verre er det når anfallene kommer i andre ledd enn stortåa. Da blir sykdommen ofte oppfattet som en betennelse, elksempelvis verkefinger eller senebetennelse. Urinsyregikt er ikke en bakteriebetennelse, men skyldes opphopning av urinsyre i kroppen og utfelling av urinsyrekrystaller i leddene.

Fibromyalgi

Fibromyalgi er et smertesyndrom som rammer åtte ganger så mange kvinner som menn. Typiske symptomer er verkende og brennende smerter i muskler og i muskelfestene rundt ledd. Mange plages av morgenstivhet og overveldende tretthet. Personer med fibromyalgi lever ofte med mye smerte, men det skjer ingen skade eller ødeleggelse av ledd, slik som ved artrose og betennelsesaktige revmatiske sykdommer. Personer i alle aldre kan utvikle fibromyalgi, men de fleste søker legehjelp første gang i 30-40 års alderen. Mange har da levd med smerter i en årrekke. For at diagnosen fibromyalgi skal fastsettes, må pasienten ha hatt vedvarende vondt på ulike trykkpunkter flere steder på kroppen.



Sjøgrens syndrom

Sjøgrens syndrom er en betennelsesaktig sykdom som forekommer i kroppens ytre kjertler: tårekjertler, spyttkjertler, svettekjertler og kjertler i skjeden og magesekken. Om lag 90% av dem som får sjøgren er kvinner over 40 år, men også menn, barn og ungdom kan rammes. Betennelsen fører ofte til at kjertlene som angripes gradvis blir ødelagt.

Resultatet blir tørre slimhinner, som gir en rekke forskjellige plager. Mange får også betennelser i ledd, og tretthet er et vanlig tilleggssymptom.

Sjøgrens syndrom opptrer ofte sammen med andre reumatiske sykdommer som leddgikt, lupus, sklerodermi eller myositt.

Kilde: Beskrivelse av de forskjellige sykdommer er hentet fra Norsk Revmatikerforbund.

Generelt

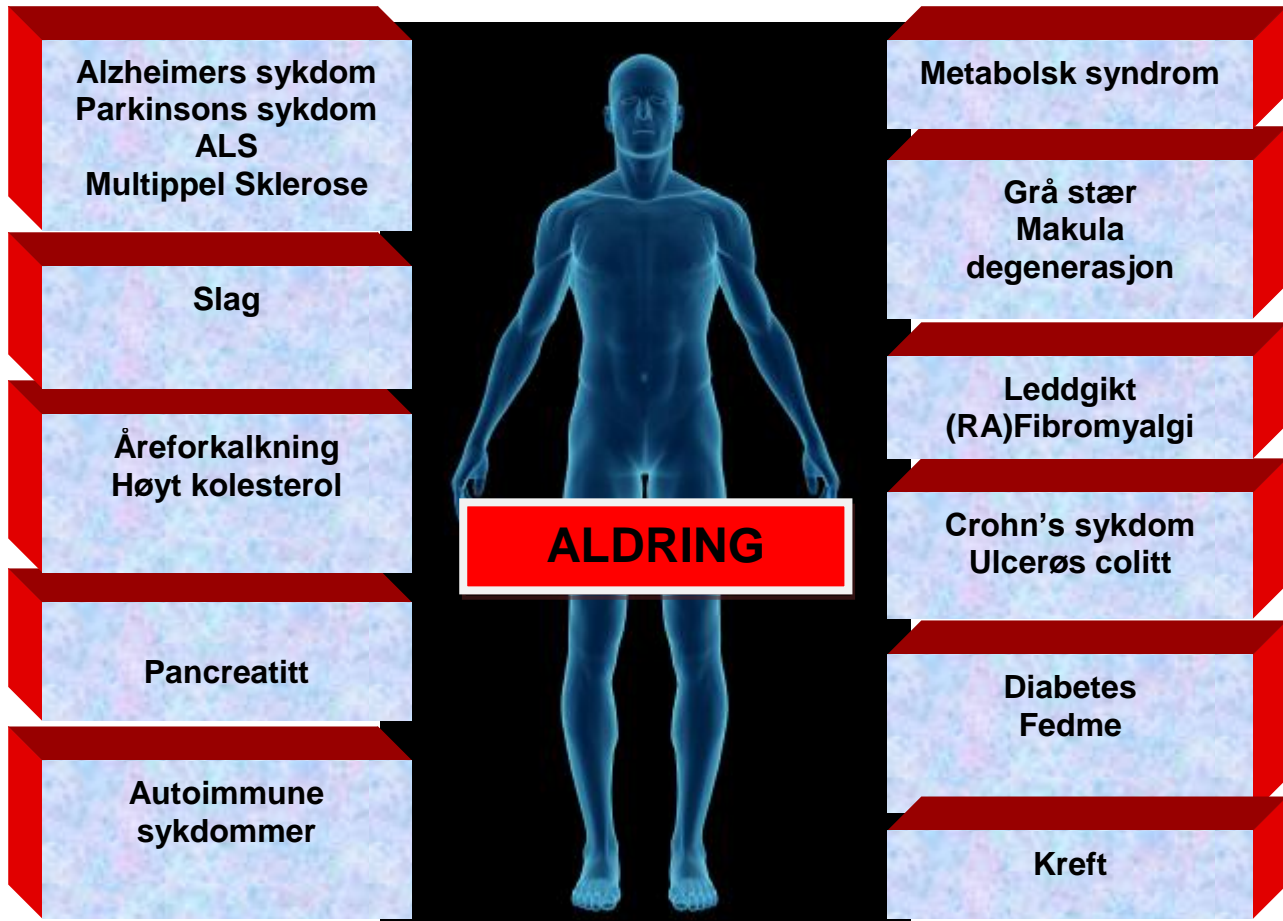
Omega 3/6

Vi vet at faktorer som mangel på omega 3 (eller feil forhold mellom omega 3 og 6) kan fremme betennelsestilstander i kroppen vår.



Frie oksygenradikaler

Høye nivåer av frie oksygenradikaler i kroppen relateres til mange alvorlige sykdommer, og fremmer betennelser i kroppen.



Kosthold

Vi vet at kostholdet vårt er viktig. Det er studier som viser at bla. gluten kan irritere tarmslimhinnen slik at man kan få "lekk tarm", som igjen kan forårsake autoimmune sykdommer.



Mineraler

Mangel på mineraler i kroppen kan også gi oss lidelser i muskel-, skjelettsystemet. For eksempel kan mangel på magnesium gi oss kramper, mangel på kalsium kan gi benskjørhet. Mangel på sink, kan gi oss et svekket immunforsvar og nedsatt sårheling.

Vårt tilbud til muskel-, skjelettpasienter kan gjennomføres ut fra konseptet beskrevet under, eller at man bare setter opp time direkte hos en av våre terapeuter.

På konseptet under vil man kunne velge en av testpakkene som ofte blir brukt i denne forbindelse.

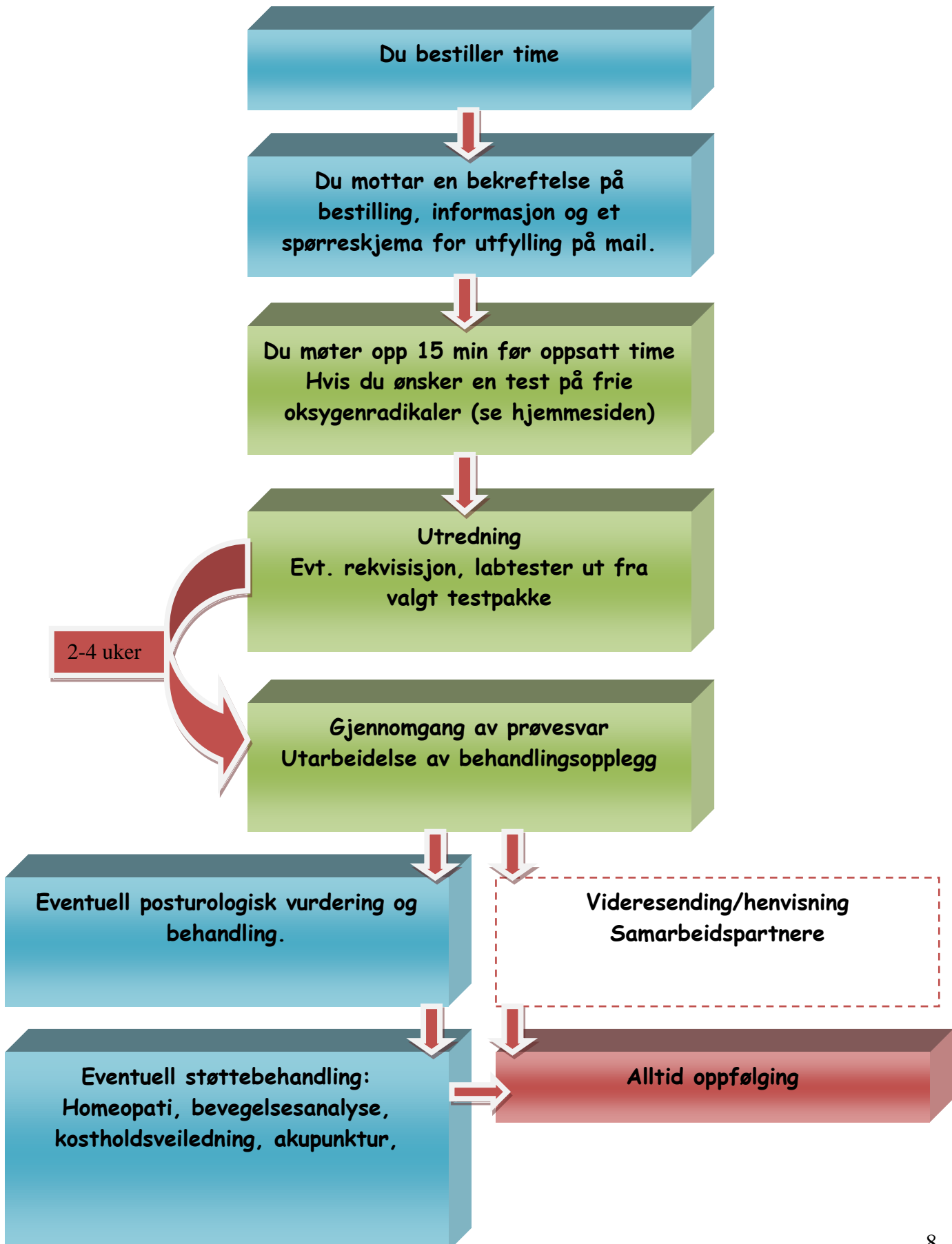
Fettsyrebalansen, frie oksygenradikaler, matintoleranser og kroppens mineralbalanse, kan alle testes ved hjelp av blodprøver. Alle testene er beskrevet under biologisk medisin/tester på hjemmesiden.



Homeopater og akupunktører blir hyppig oppsøkt for både behandling av akutte og kroniske plager.



Muskel-/skjelettlidelser



Testpakker

