

## SPECIFIČNOST FIZIOTERAPIJSKOG PROCESA U OBOLJELIH OD URIČNOG ARTRITISA

Mateja Znika

Urični artritis je bolest koju karakterizira hiperuricemija, recidirajući napadaji akutnog artritisa, odlaganje mononatrijeva urata u zglob i u tkiva, te stvaranje uratnih kamenaca. Bolest se najčešće javlja između 45. i 54. godine života u muškaraca i između 55. i 64. godine u žena. Sinonimi su: giht; lat. *gutta*, eng. *gout*, franc. *goutte*, njem. *Gicht*, tal. *gota*, te hrvatski *ulozi*. Giht je opisao još Hipokrat u 5. stoljeću prije Krista.

Fizioterapijski proces kod oboljelih od uričnog artritisa obuhvaća subjektivni pregled, objektivni pregled, postupke mjerenje i testove, te primjenu fizioterapijskih procedura s ciljem smanjenja boli, povećanja zglobne mobilnosti, poboljšanja funkcionalnosti, prevencije deformacija, te edukacije bolesnika.

Fizikalna procedura izbora koja se primjenjuje u akutnoj fazi bolesti je krioterapija koja se može primje-

njaviti u tri oblika: kriokupke, krioblozi i kriomasaža, te se bolesniku savjetuje mirovanje. Kada se upala smiri trebamo održavati funkciju zgloba i spriječiti deformacije zgloba provođenjem fizioterapijskih vježbi koje ne smiju predstavljati dodatno opterećenje za donje ekstremitete. Cilj vježbi je povećanje samostalnosti, poboljšanje raspoloženja, postizanje i održavanje željene težine, te poboljšanje općeg stanja. Toplinske procedure i balneoterapiju treba izbjegavati jer provociraju akutni napad artritisa. Poseban naglasak kod liječenja oboljelih od uričnog artritisa je na edukaciji bolesnika o važnosti provođenja vježbi, korištenju pomagala, te o promjeni životnih navika kojima se uvelike može dovesti bolest pod kontrolu.

**Ključne riječi:** urični artritis, fizioterapijski proces, krioterapija