

Frane Grubišić

Klinika za reumatologiju, fizikalnu medicinu i rehabilitaciju
Klinički bolnički centar „Sestre milosrdnice“
Zagreb • Hrvatska

Sportsko-rekreativne aktivnosti u oboljelih od spondiloartritisa

Sports and recreational activities in patients with spondyloarthritis

U bolesnika s ankilozantnim spondilitisom (AS) od sportsko-rekreativnih aktivnosti preporučuju se one aktivnosti koje u velikoj mjeri mogu ili imitirati ili čak zamijeniti vježbe mobilizacije prsnog koša, kralježnice, korijenskih i perifernih zglobova, poput leđnog plivanja, hodanja na skijama, tenisa, košarke, badmintona ili odbojke. Izbjegavaju se sportovi povezani s prekomjernim potresanjem tijela ili pak pojačanje torakalne kifoze (hokej, veslanje, vožnja biciklom, skijaški skokovi, prsno plivanje, boks).

U bolesnika s dominantnom zahvaćenošću aksijalnog skeleta (psorijatični spondilitis) moguće je preporučiti sportove koji su navedeni i za AS. Ako je riječ o zahvaćenosti perifernih ili korijenskih zglobova, preporučuje se niži stupanj aktivnosti, plivanje, vožnja biciklom te izbjegavanje kontaktnih sportova ili onih koji su povezani s većim opterećenjima (košarka, golf, tenis).

Ključne riječi: spondiloarthritis; ankilozantni spondilitis; psorijatični artritis; sport; rekreacija