

# Liigesevalul on erinevad põhjused

Liigesevalul võib olla palju põhjusi. Tänapäeval tuntakse ligi 120 liigete, liigese lähedaste struktuuride, luude ja sidekoe haigust, seega pole olemas ühte kindlat tõbe, mis liikumisel ebamugavustunnet põhjustaks.

Rahva seas kutsutakse igasugust liigesevalu ja -jäikust reumaks, mis aga pole õige. Reuma areneb enamasti eelsoodumusega lastel või noorukitel ravimata streptokokkfarüngiidi (neelupõletiku) põdemise järgselt, sageli tekib lõpptulemusena muuhulgas südamekahjustus ja/või liigese põletik.

Liigesevalu võib esineda tavalise viirushaiguse, näiteks gripi korral, samas on teinekord tegemist raske, pidevalt süveneva ning lõpuks invaliidistava liigesehaigusega. Liigesevalu võivad põhjustada ka traumad ja ülekoormus. Va-

hel ei pruugi valu korral liiges ise olagi haaratud, "viga" on näiteks lihases või muus liigest ümbritsevas struktuuris. Ka teatud soolenakkused ja süguhaigused võivad anda sümptomina liigesevalu.

## SAGEDASIM KROONILINE LIIGESEPROBLEEM ON OSTEOARTROOS

Eestis põeb liigesehaigusi iga viies-kuues inimene. Luude ja liigete sagedasim probleem on osteoartroos (mittepõletikuline haigus). Küllalt tihti esineb ka

reumatoidartriiti ja anküloseerivat spondüliiti ehk jäigastavat lülisambapõletiku (põletikulised haigused).

Osteoartroosi ehk kõhrekulumishai-gust esineb vanemas eas peaaegu kõigil, kuid vaevused ei pruugi igalühel väljeneda. Sagedasemad sümptomid on valu koormusel või liikumisel, mis paraneb puhkusega, ja "naksumine-plõksumine" liigestes. Haiguse ohutegurid on kõrge iga, raske töö, liigeseid koormav sport, liigete vigastused ning ülekaal.

Reumatoidartriidi puhul on tegemist kroonilise süsteemse autoimmuunse haigusega, mille puhul tekib hulgiili-

# Unusta valu!



**CAPSICAM** (bensüülnikotinaat, nonivamiid, kamper, tärpentinõli, dimetüül-sulfoksiid) - valuleevendav ja soojendav vahend liiges- ja lihasvalude korral. Soojendab, parandab verevarustust, vähendab lihaspingeid ja liigesevalusid. Imendub kiiresti, ei määri riideid.

Enne kasutamist tutvu pakendis oleva infolehega. Lisateavet saad arstilt või apteekrilt.

**Tähelepanu! Tegemist on ravimiga.** Enne tarvitamist lugege tähelepanelikult pakendis olevat infolehte. Kaebuste püsimise korral või ravimi kõrvaltoimete tekimisel pidage nõu arsti või apteekriga.

