



Asociația "Salvează o inimă"  
*noi punem suflet!*

**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social: sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud. Botoșani  
C.I.F: 31015982  
E-mail: [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)  
Website: [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)  
Facebook: [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)  
Telefon: 0752.753.540

24.08.2014

## COMUNICAT DE PRESĂ

# Artroză și la 40 de ani! „Boala articulațiilor” ia amploare în rândul tinerilor. Află cum să eviți de la dr. Vlad Predescu!

Îmbătrânirea organismului aduce cu ea și durerile articulare. Genunchii nu mai au aceeași mobilitate ca în tinerețe, mai ales dacă din stilul de viață au lipsit exercițiile fizice. Dar ce te faci când încheieturile încep să „scârțâie” de la 40 de ani? E posibil să ai artroză, afecțiune tipică persoanelor vârstnice, dar care apare tot mai des și în rândul tinerilor. Pe termen lung, boala duce la distrugerea cartilajelor și la instabilitatea picioarelor pacienților. Cum se tratează, dar mai ales cum o putem evita aflăm din interviul realizat de Gabriel Tudor cu doctorul Vlad Predescu, șeful Secției Ortopedie și Traumatologie a Spitalului Euroclinic – Regina Maria.

**Gabriel Tudor (Asociația "Salvează o inimă"):** În contextul schimbărilor repetate de vreme din ultimii ani, care apar la intervale tot mai mici, mulți oameni au ajuns să știe cu exactitate când va fi urât afară, din cauza durerilor de articulații, în special a celor de genunchi. Dincolo de abilitatea de a prognoza vremea se ascunde totuși o problemă de sănătate. Despre ce este vorba?

**Dr. Vlad Predescu:** Într-adevăr, este o problemă de sănătate. Afecțiunea este cunoscută sub numele de meteosensibilitate și în general este specifică pacienților care au artroză sau diverse afectări ale articulațiilor. Ne putem gândi la pacienți care au suferit diverse traumatisme la nivelul genunchiului și uneori al șoldului sau pacienți care au avut diverse intervenții chirurgicale – fie sunt purtători ai unui implant metalic, fie acesta a fost scos dar tot au o sensibilitate.





**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social:sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud.Botoșani  
C.I.F: **31015982**  
**E-mail:** [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)  
**Website:** [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)  
**Facebook:** [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)  
**Telefon:** 0752.753.540

### **Ce înseamnă, de fapt, artroză? Ce presupune această afecțiune?**

Artroza presupune o deteriorare lentă a cartilajului articular, progresivă și, din păcate, ireversibilă, dacă pacientul nu se adresează medicului la timp. Prin această deteriorare, cartilajul dispare încet-încet și apare uzura articulației. Se modifică mecanica articulară și apare un fenomen cunoscut popular ca „os pe os”. Practic, pacientul nu mai are deloc cartilaj și acesta este înlocuit cu un os complet erodat care prin mișcare duce la durere.

### **Din ce cauză apare?**

Sunt foarte mulți factori. Dacă ne gândim la vârsta pacienților, sigur că pe măsură ce îmbătrânim articulațiile noastre se degradează. Cartilajul articular este veriga slabă a organismului, la un moment dat acesta se deteriorează și duce la apariția artrozei. De cele mai multe ori există o serie de factori favorizanți care, descoperiți la timp, pot schimba cursul acestei boli. Pe de o parte, sunt diverse traumatisme articulare din tinerețe. Toată lumea își amintește de leziunile sau de rupturile de menisc, specifice sportivilor. La ora actuală, toată lumea face sport și poate să își rupă meniscul. De altfel, marea majoritate a tinerilor care se adresează serviciului nostru sunt oameni normali, care fac sport, au o activitate intensă și suferă de diverse afecțiuni articulare, deci își pot rupe meniscul. Odată rupt și netratat, acesta duce la degradarea cartilajului articular. O altă cauză ar fi ruptura ligamentelor. Dintre toate ne putem aminti de ligamentul încrucișat anterior, altă patologie zisă cândva a fotbalistilor, dar care, de fapt, este a adultului tânăr care face fotbal, schiază, merge pe munte și care, în urma unor anumite traumatisme, reușește să își rupă acest ligament. Inițial, ruptura nu este foarte dăunătoare, uneori poate trece neobservată sau poate fi neglijată. Pacientul își revine și crede că nu mai are nimic, dar ulterior consecințele legate de instabilitatea articulară duce la leziunea cartilajului, când vorbim de 10, 15, 20 de ani de când un genunchi nu mai funcționează normal. Alte cauze ar fi legate de obezitate, care știm că duce la degradarea articulațiilor. Marea majoritate a pacienților supraponderali au kilograme în plus de mulți ani de zile, iar acestea duc la degradarea articulației și la apariția artrozei. Ne mai putem gândi la fracturi. Există pacienți care au fracturi periarticulare, adică în jurul articulațiilor, cum ar fi fracturile de genunchi care, odată ce articulația a fost lezată și cartilajul distrus, inevitabil vor





Asociația "Salvează o inimă"  
*noi punem suflet!*

**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social: sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud. Botoșani

C.I.F: 31015982

E-mail: [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)

Website: [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)

Facebook: [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)

Telefon: 0752.753.540

ajunge la artroză. Și, nu în ultimul rând, ne putem gândi la pacienți cu o anumită predispoziție către artroză. De exemplu cei cu picioarele crăcănate sau „în paranteze” (genu varum) sau invers, în X (genu valgum). Această tulburare statică duce la o încărcare excentrică a articulației, ceea ce provoacă erodarea ei. Unora li se spune că au „genunchi de fotbalist”. Sunt acei genunchi mai micuți, la pacienți un pic mai crăcânați, cu o mecanică anormală ce nu deranjează în tinerețe, dar care ulterior peste 20-30 de ani vor avea artroză.

### **De regulă, problemele articulațiilor sunt întâlnite la persoanele în vârstă. Le găsim și la tineri, în lipsa unor traumatisme?**

La tineri încep să fie din ce în ce mai frecvente, mai ales la grupa situată în jurul vârstei de 40 de ani. Sunt cauzate în principal de sedentarism. Pacienții nu au făcut niciun tip de mișcare, stau pe scaun în jur de 8, 10, 12 ore și acesta este modul lor de viață, după care la un moment dat se trezesc brusc că vor să se apuce de sport. Acel moment duce la apariția unor dureri articulare care, încet-încet, cu un program sportiv condus corect, dispar. O altă cauză la tineri ar putea fi durerile de boli reumatice, care și acestea sunt mai des întâlnite și pot duce la dureri articulare.

### **Poate fi prevenită artroza? Contează cât de multă mișcare facem sau ce regim alimentar avem?**

Bineînțeles! Sportul trebuie să facă parte din viața noastră. Personal, pledez pentru sport la toate vârstele, în funcție de capacitățile fiecăruia. Mișcarea este esențială pentru prevenirea artrozei, a îmbătrânirii, pentru menținerea unui tonus muscular și psihologic adecvat și pentru a evita kilogramele în plus, care ne fac atâta rău.

### **Pe cine afectează mai des, pe femei sau pe bărbați?**

Statistica este în defavoarea femeilor. Ele sunt pe primul plan, mai ales la artroza legată de avansarea în vârstă și de kilogramele în plus. Pe de altă parte, se observă o creștere a numărului de bărbați care au avut traumatisme articulare în tinerețe, așa-zise „sportive”, pe care le-au neglijat. De multe ori vin și spun: „Știu că am meniscul rupt!” sau „Mi s-a spus că am ligamentul rupt, dar pe mine nu m-a interesat, că n-am putut să merg la medic, nu am avut





Asociația "Salvează o inimă"  
*noi punem suflet!*

**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social:sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud.Botoșani

C.I.F: **31015982**

**E-mail:** [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)

**Website:** [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)

**Facebook:** [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)

**Telefon:** 0752.753.540

timp..." și așa mai departe. Această neglijare a unor leziuni articulare pe termen foarte lung duce la artroză.

### **Cum se tratează?**

E o întrebare foarte complicată pentru că tratamentele sunt extrem de numeroase și de variate, ele depinzând de gradul artrozei. Una este să vorbim de o artroză aflată la debut, alta e să vorbim de o artroză care a distrus ireversibil întreaga articulație și nu mai ai altceva de făcut decât s-o protezezi. Mai trebuie să luăm în calcul vârsta pacientului, gradul de activitate și ce se întâmplă acolo. La început avem tratamentul non-chirurgical, care se adresează artrozei incipiente. Pacientul trebuie să slăbească, primește niște stimulente ale cartilajului articular, câteva antiinflamatoare și se recomandă modificarea stilului de viață în concordanță cu cât de mari sunt leziunile articulare. Ulterior, dacă tratamentul conservator eșuează, se trece la tratamentul chirurgical. Și aici este o gamă variată de intervenții. La tineri încercăm să regenerăm articulația. Noi am introdus conceptul de „artroplastie biologică” sau de „genunchi biologic”, prin care încercăm să refacem toate structurile articulare distruse. Mă refer la regenerarea cartilajului cu ajutorul celulelor stem, la reconstrucția ligamentului încrucișat anterior, evident prin artroscopie și nu prin tehnicile clasice, la sutura meniscului sau la înlocuirea lui cu un menisc artificial, pentru a corecta toate structurile deja afectate, în ideea de a întârzia degradarea genunchiului astfel încât pacientul să nu ajungă la o artroză invalidantă la 50 de ani, pentru că dacă a ajuns la această artroză invalidantă, răspunsul este unul singur: artroplastia sau protezarea genunchiului. Pentru celelalte grupe de vârstă, când persoanele sunt într-un stadiu mai avansat și când artroza a distrus ireversibil genunchiul, răspunsul este artroplastia cu proteză totală de genunchi, care înlocuiește toată această articulație distrusă în care „freacă os pe os” cu o articulație nouă de metal pe polietilenă sau metal pe un plastic ce are forma și structura cartilajului articular.

### **Cât de eficiente sunt tratamentele pe bază de unguente, creme, cartilaj de rechin?**

Ele pot fi eficiente numai la începutul afecțiunii. Asta înseamnă la primele semne de artroză, când cu puține unguente, înot, cu mișcare și așa-zisul cartilaj de rechin poți păcăli boala câțiva ani. De reținut: când se decide acest tratament, pacientul trebuie să beneficieze





Asociația "Salvează o inimă"  
*noi punem suflet!*

**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social: sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud. Botoșani  
C.I.F: 31015982  
**E-mail:** [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)  
**Website:** [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)  
**Facebook:** [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)  
**Telefon:** 0752.753.540

de un consult ortopedic! Scopul nu este de a pune diagnosticul de artroză, ci de a depista dacă există factori favorizanți care pot fi tratați. Dacă artroza ascunde o ruptură de menisc, ortopedul poate interveni artroscopic, să rezolve meniscul și să frâneze artroza. Sau dacă bolnavul are un genunchi nealiniat, anormal de la natură – acei genunchi strâmbi sau crăcănați – el poate să intervină cu o operație de corectare a acestei diformități și să îndrepte genunchiul, iar astfel se întârzie artroza.

### **Cum ne dăm seama că vorbim de o problemă serioasă? Care sunt semnele care ne trimit la medic?**

Primul semn care ar trebui să ne alerteze este durerea la nivelul articulației, durere care apare nelegată de un traumatism imediat. Ulterior apare diminuarea mobilității articulare. Articulația nu mai este flexibilă, nu se mai îndoaie așa cum ne așteptăm și se îndoaie din ce în ce mai puțin. Apare reacția lichidiană, cunoscută popular sub numele de „apă la genunchi”. Pacientul vede și simte că are o articulație dureroasă, tumefiată, mărită ca volum comparabil cu cealaltă și nu se mai mișcă așa cum s-a mișcat odată.

### **Ce presupune protezarea și cât costă?**

Din prisma serviciilor medicale private, fiecare serviciu are propriile tarife, iar acestea pot fi aflate de pacienți de la birourile de internări. Legat de costul intervenției chirurgicale de protezare la stat, trebuie să știți că există un program național de protezare. În limita fondurilor disponibile, casa de asigurări furnizează gratuit această proteză tuturor spitalelor. Din păcate, în România, fondurile sunt întotdeauna insuficiente și se termină undeva spre jumătatea sau aproape de sfârșitul anului. Într-un astfel de caz, pacienții sunt nevoiți să aștepte până la alocarea de noi fonduri între două luni și un an, în funcție de gravitatea bolii, tipul de proteză, serviciul în care se adresează și experiența serviciului respectiv.

### **Cât de performante sunt protezele de astăzi?**

Vă pot spune că în spitalul nostru (Euroclinic – Regina Maria) s-a introdus un concept revoluționar: proteza de genunchi personalizată. Presupune crearea unui model tridimensional al genunchiului degradat, cu ajutorul unei imagini de reconstrucție prin RMN, apoi acest model





Asociația "Salvează o inimă"  
*noi punem suflet!*

**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social:sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud.Botoșani  
C.I.F: **31015982**  
**E-mail:** [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)  
**Website:** [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)  
**Facebook:** [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)  
**Telefon:** 0752.753.540

este simulat pe un computer și, în funcție de reperele anatomice și ceea ce măsoară chirurgul, se construiesc instrumente dedicate pacientului respectiv. Acestea sunt realizate în Statele Unite pentru fiecare bolnav în parte, sunt trimise în țară și cu ajutorul lor noi implantăm proteza de genunchi, ceea ce duce la o acuratețe mult mai mare a actului chirurgical, pierderi sangvine mai mici, dureri post-operatorii mai mici și o supraviețuire mult mai lungă a protezei.

### **Ce înseamnă „o supraviețuire mai lungă a protezei”? Cât poate sta un pacient cu o proteză bună?**

Rezultatele protezării, fie că vorbim de șold, fie de genunchi, aș spune că depind de trei lucruri foarte importante: pacientul, tipul de proteză și chirurgul. Chirurgul trebuie să își facă treaba perfect. Proteza implantată trebuie să fie o proteză de bună calitate și, nu în ultimul rând, alături de pacient să fie și recuperatorul. Pacientul trebuie să își facă recuperarea și să folosească proteza în condiții normale. Dacă toate cele trei elemente – recuperarea cu proteză, chirurgul și pacientul – lucrează împreună, supraviețuirea protezei este în jur de 15-20 de ani fără nicio problemă. De asemenea, sunt numeroase supraviețuiri de peste 20 de ani citate în literatură, ceea ce reprezintă un rezultat foarte bun.

### **Cât durează operația și la cât timp după ea poate merge pacientul?**

Operația de protezare durează, în medie, o oră și jumătate în mâini antrenate, iar pacientul este capabil să se ridice din pat în 24-48 de ore și să meargă în cadru, cu sprijin parțial pe piciorul operat.

### **Artroza apare și la alte încheieturi. De exemplu, dacă apare la șold, tratamentele sunt aceleași?**

La șold tratamentele minim-invazive sunt mult mai limitate, din păcate. Să facem așa-numita „artroplastie biologică” este mult mai dificil. Este o articulație profundă, care nu-ți permite să o abordezi atât de simplu artroscopic. De regulă, pacienții vin în stadii avansate și sancțiunea este întotdeauna chirurgicală prin protezarea șoldului, fie că vorbim de proteze cu ciment sau fără ciment.





Asociația "Salvează o inimă"  
*noi punem suflet!*

**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social:sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud.Botoșani  
C.I.F: 31015982  
E-mail: [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)  
Website: [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)  
Facebook: [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)  
Telefon: 0752.753.540

**Pentru că tot vorbeam de probleme ale șoldului, în urmă cu ceva timp l-ați operat pe Cristian Radea, un tânăr diagnosticat cu tetrapareză spastică. Cu ajutorul Asociației „Salvează o inimă”, Cristi a reușit să strângă banii necesari pentru operație. În ce a constat intervenția și ce s-ar fi întâmplat dacă nu ar fi beneficiat de ea?**

Îmi amintesc foarte bine, e un caz care ne-a marcat foarte mult pe toți. Cristi a trecut printr-un accident tragic în urma căruia a rămas paralizat la 20 de ani. El a început un program de recuperare, dar marea problemă a fost că unul dintre șolduri a fost extrem de afectat și a dezvoltat o osificare, o acumulare de calciu gigantă, de aproximativ 30-40 de centimetri, care i-a blocat întregul șold. Practic, șoldul era fixat în poziție orizontală și Cristian nu se putea ridica să stea în fund, la marginea patului, sau într-un scaun cu roțile. După ce a consultat diverse servicii de ortopedie care i-au pus indicația de protezare, a venit și la noi pentru același lucru. Noi însă am riscat și cred că am făcut bine. Am considerat că extragerea acestei osificări reprezintă soluția, pentru că dacă am fi protezat acest șold, proteza ar fi fost nefuncțională deoarece această platoșă de os bloca practic piciorul și n-ar fi fost niciun rezultat. În urma unei chirurgii de anvergură, care a durat ore bune și s-a soldat cu o sângerare zdravănă, am reușit și am excizat toată osificarea și am redat mobilitatea șoldului. Mi-amintesc chipul lui Cristi și fericirea lui... Mi-a spus că pentru prima oară, după câțiva ani, reușește să stea în fund la marginea patului și într-un scaun. Mi-am dat seama atunci cât de norocoși suntem noi, cei sănătoși, care nici nu apreciem ceea ce avem.

### **Unde vă găsec pacienții care au nevoie de ajutorul dumneavoastră?**

Mă găsec atât la Spitalul Euroclinic – Regina Maria, un spital privat unde îmi desfășor cel puțin jumătate din activitate, dar mai sunt și la Spitalul public „Sfântul Pantelimon”, unde sunt implicat și în activitatea didactică pentru antrenarea studenților și a rezidenților.

*Vlad Predescu este medic primar în ortopedie și traumatologie la Spitalul Euroclinic și Spitalul Clinic de Urgență „Sf. Pantelimon” din Capitală și Șef de Lucrări la Universitatea de Medicină „Carol Davila”. Este doctor în științe medicale, membru al Academiei Americane de Ortopedie și al Societății Europene de Chirurgie a Genunchiului și Medicină Sportivă. S-a specializat în chirurgia artroscopică, chirurgia artroplastică primară de șold și genunchi, revizia*





Asociația "Salvează o inimă"  
*noi punem suflet!*

**Asociația "Salvează o inimă"**  
Sediul social:sat Boscoteni Comuna Frumușica Jud.Botoșani  
C.I.F: **31015982**  
**E-mail:** [office@salveazaoinima.ro](mailto:office@salveazaoinima.ro)  
**Website:** [www.salveazaoinima.ro](http://www.salveazaoinima.ro)  
**Facebook:** [www.facebook.com/salveazaoinima](http://www.facebook.com/salveazaoinima)  
**Telefon:** 0752.753.540

*protezei de șold și genunchi, traumatologie și medicină sportivă. Realizează anual între 400 și 500 de intervenții chirurgicale, în special endoprotezarea genunchiului și a șoldului. Datorită experienței sale, doctorul Vlad Predescu a fost invitat ca speaker și moderator în cadrul unor cursuri internaționale și locale, precum și în cadrul unor demonstrații de chirurgie live.*

*Asociația "Salvează o inimă" a fost înființată pe data de 17 decembrie 2012, și își dorește să reunească sub același acoperiș un număr cât mai mare de profesioniști din diferite domenii, oameni bine pregătiți și motivați, oameni de bine, oameni simpli, cinstiți și onești, oameni care cu suflet și dedicare pot ajuta în campaniile și proiectele noastre și astfel împreună să ne atingem scopul final de a lăsa copiilor noștri o moștenire valoroasă, mărturie a faptului că noi oamenii, comunitatea în ansamblul ei, suntem tot ce trebuie și suficient pentru ca lucrurile să meargă într-o direcție bună*

**Persoană de contact**  
**Vlad Plăcintă**  
Președinte  
Asociația "Salvează o inimă"  
0752753540

Transmite,  
Dr. Tănase Taseu  
Director General  
Plus Communication

