

# Reumatoloogia

## Osteoartroosi ravi on jätkuvalt aktuaalne kliiniline probleem

Eesti Reumatoloogia Seltsi algatusel on valminud Eesti tervishoiusüsteemi tarvis osteoartroosi ravijuhend (1). Ravijuhendi koostajaks on Reinhold Birkenfeldt, toimetajaks Tõnu Peets ning seda ette valmistanud töörühma kuulusid R. Birkenfeldt (Eesti Reumatoloogia Selts), Ursula Koorits (Eesti valuselts), Andres Kõöp (Eesti Traumatoloogide ja Ortopeedide Selts), T. Peets (Eesti Reumatoloogia Selts) ja Eve Sooba (Eesti Taastusrstide Selts). Juhendi koostamist rahastas Eesti Haigekassa. Osteoartroosi ravijuhendi on heaks kiitnud Eesti Perearstide Selts, Eesti Sisearstide Selts, Eesti Traumatoloogide ja Ortopeedide Selts, Eesti Taastusrstide Selts, Eesti Valuselts ning kinnitanud Eesti Reumatoloogia Seltsi juhatus. Juhendi koostamine kujunes ootamatult pikaks: selle lõplikku valmimist pidurdas kahjuks aastaid väldanud väitlus haigekassaga nn liigesetoitainete kasutamise otstarbekusest ja taastusravi vajalikust sagedusest.

Osteoartroosi ravijuhendi eesmärgiks on ühtlustada haigusega seotud diagnostiline, ravi- ja profülaktiline tegevus, lähtudes üldtunnustatud tõenduspõhise meditsiini seisukohtadest. Juhendi kasutajate sihtrühma kuulusid eelkõige perearstid, reumatoloogid, sisearstid, ortopeedid, taastusrstid, geriaatrid jt erialade arstid.

Osteoartroos on kõige levinum liigesehaigus maailmas ja Eestis ning kujutab endast väga olulist rahvaterviseprobleemi. Osteoartroosi põeb isegi kuni 20% täiskasvanutest ning rahvastiku vananemisega suureneb haigestumine pidevalt. Osteoartroos on ühisnimetajaks tervele rühmale erineva etioloogiaga liigesehaigustele, mille kõigi bioloogiliseks, morfoloogiliseks ja kliiniliseks lõpptulemuseks on liigesejäikus. Osteoartroos on liigeste kulumise haigus ehk liigesekulumus ning diferentsiaaldiagnostiliselt on oluline eristada seda reumatoidartriidist, reaktiivsest artriidist, psoriaatilisest artriidist ja kristallopaatiatest.

Osteoartroosi Eesti ravijuhend põhineb Euroopa Reumaliiga (EULAR) ja Ameerika vastavatel tõenduspõhistel ravisoovitustel ning sisaldab juhiseid osteoartroosi raviks haiguse eri staadiumeis (2–5). Nüüdisaegne osteoartroosiravi sisaldab valuravi, taastusravi ja liigesekirurgiat. Primaarse artroosi puhul tuleb haigele selgitada tema haigust mõjutatavaid riskitegureid ja püüda neid võimalikult suures ulatuses kõrvaldada. Medikamentooses ravis on esikohal valu ja sekundaarse sünoviidi ravi paratsetamooli, mittesteroidsete põletikuvastaste ainete, opioidide ja teiste valuvaigistitega. Aktuaalne on intraartikulaarne süsteravi kortikosteroididega ja liigesevedeliku viskosuplementatsioon. Osteoartroosi korral on vajalik regulaarne taastusravi, mis parandab haige elukvaliteeti ja säilitab töövõimet.

Nüüdisaja arusaamade kohaselt vajab osteoartroosihaike taastusravikuuri vähemalt kord aastas. Tänapäeval on oluliselt laienenud ka haiguse kirurgilise ravi võimalused. Toidulisandite, nn liigesetoitainete kasutamise tõhusust ei ole seni veel ühemõtteliselt tõestatud, kuid selle selgitamiseks toimuvad täiendavad pikajalised sõltumatud uuringud.

### KIRJANDUS

1. Birkenfeldt R, Koorits U, Andres Kõöp, Peets T, Sooba E. Osteoartroosi ravijuhend Eestis. Eesti Arst 2013;92(Lisa1):1-40
2. Jordan KM, Arden NK, Doherty M, et al. EULAR Recommendations 2003: an evidence based approach to the management of knee osteoarthritis: report of a Task Force of the Standing Committee for International Clinical Studies Including Therapeutic Trials (ESCISIT). Ann Rheum Dis 2003;62:1145-55.
3. Zhang W, Doherty M, Arden N, et al. EULAR evidence based recommendations for the management of hip osteoarthritis: report of a task force of the EULAR Standing Committee for International Clinical Studies Including Therapeutic Trials (ESCISIT). Ann Rheum Dis 2005;64:669-81.
4. Zhang W, Doherty M, Leeb BF, et al. EULAR evidence based recommendations for the management of hand osteoarthritis: Report of a Task Force of the EULAR Standing Committee for International Clinical Studies Including Therapeutics (ESCISIT). Ann Rheum Dis 2007;66:377-88.
5. Hochberg MC, Altman RD, Apil KT, et al. Recommendations for the use of nonpharmacologic and pharmacologic therapies in osteoarthritis of the hand, hip and knee. Arthr Care Res 2012;64:465-74.



**Reinhold Birkenfeldt** –  
TÜ sisekliinik  
*reinhold.birkenfeldt@kliinikum.ee*