



РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ЮВЕНИЛЬНОЙ СКЛЕРОДЕРМИИ

При ювенильной склеродермии диета и лечебная физкультура (ЛФК) играют вспомогательную роль в комплексной терапии. Основные рекомендации зависят от стадии заболевания, индивидуальных особенностей пациента и решения врача.

Режим

В периоды обострения заболевания следует ограничить двигательный режим ребенка. Полная иммобилизация способствует развитию контрактур, атрофии мышечной ткани, усугублению остеопороза. Физические упражнения способствуют сохранению функциональной активности суставов. Рекомендуется сохранять прямую осанку при ходьбе и при сидении, спать на жестком матрасе и тонкой подушке. Исключить психоэмоциональные нагрузки, пребывание на солнце.

Диета

Рекомендуется здоровая, сбалансированная диета, богатая белками, кальцием и витаминами.

Пациентам, принимающим кортикостероиды, следует избегать переедания, так как эти препараты вызывают повышенный аппетит, что может привести к избыточному набору веса.

При синдроме Кушинга может быть рекомендовано ограничение углеводов и жиров, предпочтительна белковая диета.

Для профилактики остеопороза важно употреблять продукты, содержащие кальций и витамин D.

Продукты, которые могут быть полезны:

Овощи и фрукты, богатые антиоксидантами и витаминами.

Рыба жирных сортов (лосось, тунец), содержащая омега-3 жирные кислоты, которые обладают противовоспалительным действием.

Цельнозерновые продукты, обеспечивающие клетчатку и полезные вещества.

Нежирное мясо и птица в варёном или запечённом виде.

Продукты, которые рекомендуется ограничить или исключить:

Алкоголь, газированные напитки, кофе, сладости — могут усиливать воспалительные процессы.

Копчёности, маринованные овощи, мясные и рыбные консервы — содержат консерванты и добавки, потенциально усугубляющие симптомы.

Продукты с трансжирами (фастфуд, жареная пища) — способствуют воспалению.





азбука
здоровья



Лечебная физкультура (ЛФК)

ЛФК проводят в соответствии с индивидуальными возможностями больного.

Физиотерапия

Важнейший компонент лечения системной склеродермии – местная терапия. На наиболее пораженные области (кисти, стопы и др.) показано применять 50-70% раствор диметилсульфоксида в виде аппликаций; возможно его сочетание с противовоспалительными и сосудистыми препаратами. В случае отсутствия или небольшой активности процесса применяют тепловые (парафин) и электропроцедуры (электрофорез, ионофорез с лидазой на кисти и стопы), также возможно применение ультразвука, лазерной терапии, акупунктуры.

Медицинский центр «Азбука Здоровья»

г.Белгород, ул.Щорса, д.37А
г.Белгород, ул.Н.Островского, д.2

телефон: +7 (4722) 20-50-28
WhatsApp: 910-741-97-33

