



magazín pro zdravý životní styl, [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)



[O zdraví](#) 12. 3. 2019 | Mgr. Martina Karasová

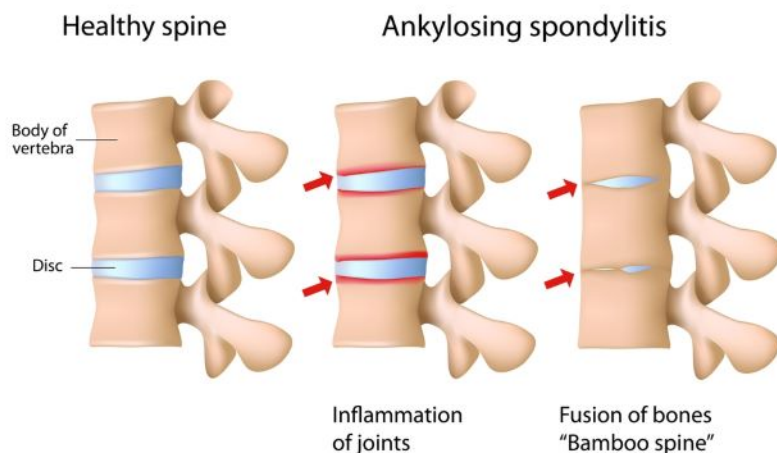
# Bechtěrev - když tuhne páteř

URL článku: [magazin/clanky/o-zdravi/Bechterevev---kdyz-tuhne-pater\\_s10012x19167.html](http://magazin/clanky/o-zdravi/Bechterevev---kdyz-tuhne-pater_s10012x19167.html)

Bechtěrevovou chorobou trpí v Česku kolem sta tisíc lidí. Postihuje až třikrát častěji muže než ženy a její první příznaky se většinou objeví mezi 18. a 30. rokem života. Nemoc patří do skupiny autoimunitních revmatických onemocnění a postihuje především klouby a páteř. Zánět se ale může postupně rozšiřovat do celého těla a poškozovat i další orgány. Pokud se neléčí nebo léčí pozdě, může vést až k invalidizaci.



**Plíživý nástup**



Nemoc je zákeřná především tím, že se obvykle **rozvíjí postupně, pomalu**, a hlavně u každého trochu jinak. Nemá jeden jasný příznak, ale hlásí se několika různými projevy. Bolestivé ataky u ní nejednou vystřídá úleva, většinou pouze dočasná. Projevy nemoci

mohou navíc lidé snadno zaměnit za příznaky jiných zdravotních potíží nebo chorob, a tím **se oddaluje diagnostika** a následně léčba tohoto onemocnění. Podle průzkumu mezi tisícovkou českých pacientů z roku 2008 bylo průměrné zpoždění diagnózy od prvních příznaků 9,3 roku.

## Bambusová tyč místo páteře

Jedním z prvních příznaků bývá **bolest v kříži**, nejčastěji v tzv. SI (sakroiliakální skloubení). Tento typ bolesti projevuje nejvíce v klidu, zejména v noci, s pohybem se zmírňuje. Největším strašákem však bývá u většiny pacientů **tuhnutí páteře a její postupné ohýbání**. Právě toto kostnatění chrupavčitých spojů mezi jednotlivými obratli na rentgenovém snímku

připomíná bambusovou tyč. Často také dochází k tuhnutí chrupavčitého připojení žeber k hrudní kosti, takže pacienti mohou mít i **dechové obtíže**.

## Nemoc postihuje nejen páteř

Bechtěrevova choroba (nebo také ankylozující spondylitida) se vedle bolesti zad může projevovat také záněty a bolestmi periferních kloubů, střevními záněty či záněty duhovky. Proto pacienta trápí **únava, bolesti nebo teplota**. Chronická únava je dalším velmi častým a nepříjemným rysem nemoci.

## Co můžeme dělat?

Základem je včasná diagnostika a časné zahájení léčby. Aby se zkrátila doba do diagnostiky, měli by obzvláště mladí lidé navštívit lékaře ve chvíli, kdy jejich **bolest zad trvá tři měsíce v kuse**, zvláště jestli se bolest projevuje v noci a budí je ze spaní nebo [spánek](#) zcela znemožňuje. Varovné příznaky rozpoznají i sami pacienti, podezření a impuls začít problém dál řešit je totiž možné získat podle výsledků jednoduchého dotazníku. Praktický lékař by pak měl pacienta odeslat k odborníkovi, který definitivně určí diagnózu a zahájí léčbu. V minulosti znamenala diagnóza Bechtěrevovy choroby téměř jisté vyhlídky na brzký invalidní důchod. Dnes už ale existují vesměs pro všechny pacienty léky, které dokážou **dostat chorobu do remise** (bezpříznakového období) nebo alespoň

do nízké aktivity.

## Pohyb pomáhá léčit



Zcela odstranit příčinu nemoci sice lékaři zatím nedokážou, při řádné léčbě však mohou postižení žít plnohodnotný život. Velmi důležité je **pravidelné každodenní cvičení**, které může zpomalit rozvoj nemoci a ovlivnit její další průběh. Cílem cvičení je udržení

pohyblivosti celé páteře. Důležitý je také **nácvik správného držení těla** a udržování jeho pružnosti a obratnosti.

## Léčba na celý život

Cílená terapie se snaží pouze zmírnit bolest, zlepšit pohyblivost páteře a umožnit nemocnému normální život v zaměstnání i v rodině. Farmakologická léčba se zaměřuje **na potlačení zánětlivé aktivity a na potlačení**

**imunitního systému**, který reaguje proti tkáním vlastního těla (autoimunitní reakce). Skvělé výsledky má v léčbě této choroby **biologická léčba**, je ale poměrně nákladná a není vhodná pro každého pacienta s tímto onemocněním.

Bechtěrevovou chorobou trpí například také světově uznávaný fyzioterapeut Pavel Kolář, bývalý vrcholový gymnasta, který pomáhá mnoha nemocným i vrcholovým sportovcům.

---

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)