

ЕСЛИ БОЛИТ СПИНА ИЛИ СУСТАВЫ,  
УЗНАЙТЕ, КАК КРЕМ AIRTAL МОЖЕТ ВАМ ПОМОЧЬ!

Чувствую себя  
замечательно!



**AIRTAL**<sup>®</sup> КРЕМ  
aceclofenac

[WWW.AIRTALKREMS.LV](http://WWW.AIRTALKREMS.LV)

A  
I  
R  
T  
A  
L

КРЕМ

# Артрит

Артрит – это воспаление сустава. Оно может быть вызвано травмой, инфекцией (бактериальной или вирусной), физической перегрузкой или аутоиммунным заболеванием (когда иммунная система поражает ткани собственного организма – в данном случае структуры суставов) или комбинацией нескольких факторов. Процесс повреждения или воспаления может затрагивать один сустав – это называют моноартритом. Если вовлечено от двух до четырёх суставов, это называют олигоартритом. Если пять и более суставов – это полиартрит.

## Каковы характерные признаки артрита?

- Боль в суставе
- Опухание сустава (по причине увеличения количества жидкости в суставе)
- Возможно покраснение сустава
- Возможно локальное повышение температуры (в области сустава)
- Утренняя скованность после пробуждения или скованность после долгого сидения или периода покоя – в зависимости от типа артрита она может длиться от нескольких минут до нескольких часов в день (продолжительность скованности – это период, необходимый для восстановления полного объёма движений или объёма движений, который был перед периодом покоя)
- Возможны нарушения движения в суставе

Медицине известно более 200 видов артрита.

Наиболее распространёнными являются остеоартрит, Кристаллический артрит (подагра), подагрический артрит и ревматоидный артрит.

**ОСТЕОАРТРИТ** – это одна из наиболее частых причин болей в суставах. Он поражает примерно 10% популяции. Остеоартрит – хроническое заболевание суставов, при котором вовлекаются все структуры сустава – суставной хрящ, кость под хрящом и внутренняя оболочка сустава (синовиальная оболочка). При этом заболевании под влиянием механического (перегрузка или неправильная физическая нагрузка) и биохимического (воспаление) воздействия происходит истончение слоя суставного хряща – изнашивание. Чаще поражаются те суставы, которые мы ежедневно нагружаем больше всего

(тазобедренные и коленные суставы) – тазобедренный и коленный сустав, а также суставы основания больших пальцев ноги и пальцев рук.

**КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ АРТРИТ (ПОДАГРА)** – артрит, вызванный отложением кристаллов мочевой кислоты – один из наиболее распространённых видов артрита у мужчин. У женщин его частота возрастает в период постменопаузы. Артрит вызывает отложение кристаллов мочевой кислоты в суставах. Его возникновение связано с повышенным уровнем мочевой кислоты в крови и другими важными факторами (ожирение, сахарный диабет и др. ).

**РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ** – это хроническое системное аутоиммунное воспалительное заболевание, при котором иммунная система поражает внутреннюю оболочку суставов (синовиальную оболочку) в своём же организме. Наиболее характерный признак – скованность суставов с утра после пробуждения, которая длится более 30 минут. Вначале в основном болят и опухают мелкие суставы кистей и стоп, позже в воспалительный процесс могут вовлекаться другие суставы. С развитием болезни, со временем становится трудно осуществлять обычные

действия: одеться, причесаться, поесть. При длительном отсутствии лечения или при неэффективном лечении воспалительный процесс вызывает деформацию суставов, что называют артрозом. Деформации необратимы.

### Когда обращаться за помощью к врачу?

Если у Вас болят суставы, советуем обратиться к своему семейному врачу, чтобы в случае необходимости провести обследования и установить диагноз (причину боли). Всесторонняя терапия включает и медикаменты, и лечебную гимнастику, и физиопроцедуры; в отдельных случаях необходимо хирургическое вмешательство.



### Знаете ли Вы?

Артрит может коснуться человека любого возраста. Чаще всего он поражает людей после 55 лет, однако некоторые виды артрита могут проявиться и в детском возрасте.

# Воспаление

Воспаление является ответной реакцией организма на повреждение тканей, главным образом, с местными, или локальными, изменениями (боль, покраснение, отёк, повышение температуры и нарушения функции). Воспаление является защитой организма, однако чрезмерное проявление защитной реакции может оказаться вредным.

Течение воспаления может быть как острым, так и хроническим, его чаще всего вызывают бактерии и вирусы. Воспаление может появиться и без присутствия инфекции, например, при травме (растяжении или ушибе) может возникнуть воспаление суставов, мышц, сухожилий или связок (масштаб зависит от вида повреждения и места, или локализации). С развитием воспаления, из тканей выводятся образовавшиеся из-за повреждения продукты и (в пределах возможного) сами раздражители, а также происходит восстановление тканей в месте повреждения.

## Каковы характерные признаки воспаления?

- Покраснение
- Отёк
- Повышение температуры
- Боль
- Нарушения функции

## Как уменьшить воспаление?

В медицине применяются разные средства для уменьшения воспаления. Одной из наиболее широко используемых групп лекарств являются нестероидные противовоспалительные средства, которые быстро уменьшают боль и воспаление. Для уменьшения воспаления и укрепления организма в наиболее лёгких случаях помогают также препараты растительного происхождения и гомеопатические средства. О выборе и применении подходящего лекарства всегда консультируйтесь с врачом или фармацевтом.



**Знаете ли Вы?** Воспаление является предвестником примерно 70–80% заболеваний.



A  
I  
R  
T  
A  
L

KRÉMS

# Ревматизм

Ревматизм – состояние, когда процесс повреждения (воспаления) затрагивает соединительную ткань – мышцы, связки, сухожилия, хрящи, кости. Слово «Rheumatism» известно с древних времён – в переводе с греческого языка «rheuma» означает «поток».

В современной клинической практике определяют вид ревматического заболевания (напр., ревматоидный артрит, остеоартрит и др.) или патологию повреждённых тканей (см. ниже), употребляя термин «ревматизм» скорее исторически или обозначая повреждение соединительной ткани в целом.

Ревматические заболевания включают более 200 диагнозов, от разных видов артрита до системных заболеваний соединительной ткани. Они могут поражать людей любого возраста, также и детей. Статистические данные свидетельствуют о том, что какое-либо проявление ревматического заболевания присутствует почти в каждой семье жителей Европы.

## Ревматические симптомы

Артрит – это только одно из проявлений ревматических заболеваний, или мышечно-скелетных заболеваний. В литературе исторически описано семь ревматических симптомов.

1. Боль или дискомфорт в одном или нескольких суставах (включая позвоночник)
2. Боль во время движения в поражённой области
3. Боль при прикосновении к области повреждения
4. Скованность, особенно после периода покоя, или отсутствия движения

5. Улучшение после небольших упражнений/ активности и ухудшение после увеличения физической нагрузки
6. Ухудшение как реакция на изменения погоды (особенно на перемены влажности и давления)
7. Улучшение как реакция на согревание поражённой области.

## Каковы проявления ревматизма?

- Боли в суставах (артралгия) или воспаление (артрит)
- Воспаление сухожилия (тендинит)
- Воспаление оболочки сухожилия (тендосиновит)

- Воспаление слизистой сумки (бурсит)
- Повреждение/воспаление связок или мышц.

### Когда срочно обращаться за помощью к врачу?

Если у Вас боль в суставах и один или несколько из следующих симптомов:

- Опухание суставов с ограниченной подвижностью суставов или без
- Один из пальцев опух по всей длине (похож на сосиску)
- Боли в нижней части спины – в основном, ночью, с утренней скованностью дольше 30 минут и уменьшением боли после физической активности (во время движения) (воспалительная боль в спине)
- Утренняя скованность или скованность в суставах после периода покоя, которая длится более 30 минут
- Вы просыпаетесь ночью из-за боли
- У Вас выраженная усталость (нехватка сил)
- Повышенная температура тела
- Понос или частый жидкий стул, с кровью или без, несколько раз в день
- Потеря веса, которую нельзя объяснить диетой.

Если воспалительные заболевания суставов надлежащим и эффективным образом не делить, в перспективе они могут вызывать появление деформаций и негативно влиять на повседневную деятельность, например, прогулки, ходьбу по лестнице, приготовление еды, самообслуживание. При подозрении на воспалительное заболевание суставов, своевременно консультируйтесь с семейным врачом или ревматологом!



### Знаете ли Вы?

Некоторые факторы могут увеличить риск развития ревматических заболеваний.

- Курение
- Лишний вес
- Генетическая предрасположенность
- Определённая работа, которая вызывает перегрузку/повреждение суставов
- Старение

# Травма

Травма – это повреждение органов и тканей, вызванное каким-либо внешним фактором (механическим, химическим, термическим и др.)

## Как распознать, произошла ли травма?

В случае травмы может быть местная или общая реакция организма – боль, опухание, кровотечение; в тяжёлых случаях – шок. Чаще всего возникают механические травмы: ушиб, сдавление, вывих, перелом, рана и др.

## Как действовать?

- Пострадавшему месту необходим покой.
- К больному месту приложить завернутые в полотенце кусочки льда. Для уменьшения повреждения можно использовать специально предназначенные аэрозоли и гели.
- Если произошло растяжение или вывих, подвижное место нужно перевязать эластичным бинтом.
- (по) Раненное место желательно поднять вверх.
- Если боль не проходит, есть подозрения на серьёзное повреждение, например, разрыв сухожилий или связок, перелом костей, (по) раненное место нужно осторожно зафиксировать и обратиться к врачу.



## Берегите себя от травм!

- Будьте внимательны на скользких дорогах, выбирайте обувь с нескользящей подошвой.
- При занятиях спортом выбирайте подходящую экипировку и место
- Всегда разогревайтесь перед физической нагрузкой.
- Стоит овладеть правильной техникой падения. Правильно сгруппировав конечности во время падения, можно уменьшить вред от удара. Проконсультируйтесь со своим тренером или физиотерапевтом!
- Старайтесь не переоценивать свои возможности!



A  
I  
R  
T  
A  
L



# Обезболивание

Кто не ощущал боль в теле? Боль – это ощущение, которое вызвано совокупностью физиологических процессов, обусловленных чрезмерно сильными раздражителями или повреждением тканей. В повреждённых тканях усиливается образование биологически активных веществ, которые воздействуют на болевые рецепторы. От них импульсы по нервным волокнам поступают в мозг, создают болевые ощущения и возбуждают защитные реакции организма.

## Как уменьшить боль в мышцах и суставах?

Для уменьшения боли или обезболивания в медицине используют разные средства (лекарства, физикальную терапию и эрготерапию, методы альтернативной медицины и др.), которые нужно подбирать в каждом случае индивидуально. Для облегчения боли лёгкой и средней интенсивности используют следующие медикаменты:

- **рецептурные обезболивающие/жаропонижающие средства** (обезболивающие таблетки быстрого действия, растворимые порошки и др.);
- **нестероидные противовоспалительные средства** (таблетки быстрого и длительного действия, кремы, мази и др.). Критерии выбора средства чаще всего – это эффективность в облегчении боли, быстрота действия, длительность действия, хорошая переносимость и безопасность (мало побочных эффектов).



## Знаете ли Вы?

Часто боль и воспаление связаны между собой. Воспаление усиливает боль, а боль стимулирует образование медиаторов воспаления (гистамина, серотонина), поэтому при лечении воспаления часто устраняется и боль, и наоборот, если причиной боли является воспаление.



## ПОМНИТЕ!

В случае возникновения боли неясного происхождения обязательно обратитесь к врачу!



A  
I  
R  
T  
A  
L

# Суставы

Сустав – это прерывное соединение костей, в котором между поверхностями костей имеется щелеобразная полость. Поверхности костей покрывает хрящ, который уменьшает взаимное трение костей и обеспечивает амортизацию. Хрящ защищает кость под хрящом, распределяя нагрузку. С внешней стороны соединение костей охватывает суставная сумка, или капсула, которая состоит из внешнего и внутреннего (синовиальная мембрана) слоя. Внутри капсулы полость сустава заполняет синовиальная жидкость. Она уменьшает трение между суставными хрящами и облегчает их взаимное скольжение.



## Что вызывает боль в суставах?

Боль в суставах может быть обусловлена разными причинами.

- Переломы костей
- Инфекции, которые обычно вызывают бактерии или вирусы
- Аутоиммунные заболевания (в этом случае иммунная система поражает ткани собственного организма, вызывая воспаление)
- Изменения структуры сустава, вызванные или усугублённые механической перегрузкой (например, в случае остеоартрита)

## ПЯТЬ СОВЕТОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ СУСТАВОВ

**1. Ешьте здоровую пищу!** Употребляйте в пищу больше фруктов и овощей, меньше быстрых перекусов и сладостей; уменьшите употребление соли и реже используйте продукты с искусственными консервантами. Для профилактики рекомендуется рыбий жир, который содержит омега-3 ненасыщенные жирные кислоты.

**2. Задействовать, но не перегружать.** Чтобы структуры суставов получали питательные вещества, необходимы движения. Связки и мышцы удерживают суставы (т.е. кости, образующие сустав) в определённой позиции, обеспечивая их (ок)стабильность. Утратив стабильность, суставы подвергаются большему риску повреждения. Для суставов одинаково нежелательна как физическая перегрузка, так и бездействие, поэтому нужно стараться сбалансировать работу и отдых. Регулярная физическая активность поможет поддерживать здоровье суставов и силу мышц. Чтобы правильно выбрать вид физической активности и подобрать нагрузку, не вызывающую боли, проконсультируйтесь со специалистом по физической и реабилитационной медицине. Всегда разогревайтесь перед большей нагрузкой!

**3. Нормализуйте вес тела!** Каждый дополнительный килограмм увеличивает нагрузку на суставы.

**4. Выбирайте качественную обувь!** Чтобы уберечь суставы от перегрузки и микротравм, занимаясь спортом, используйте качественную спортивную обувь с встроенной системой амортизации.

**5. Не откладывайте лечение!** При появлении боли и скованности в суставах, не откладывая запланируйте консультацию у семейного врача, чтобы провести обследования и получить советы по эффективному лечению.



### Знаете ли Вы?

Жировая ткань синтезирует многие биологически активные вещества, играющие роль в развитии воспалительного процесса в суставах. Данные исследований указывают, что снижение веса на 5 кг устраняет болевой синдром на 25%. [6] Следите за здоровьем своих суставов!

# Крем Airtal

Крем Airtal предусмотрен для лечения боли, воспаления и ревматизма. Он содержит активное лекарственное вещество ацеклофенак и вспомогательные вещества: цетостеариловый спирт, полисорбат 60, вазелиновое масло, метилпарагидробензоат, пропилпарагидроксibenзоат и воду, которые вместе образуют кремовую массу.

Включённые в основу крема вещества образуют эмульсию – однородную смесь, образованную взаимно несмешивающимися веществами. В эмульсию можно смешать как жирорастворимые, так и водорастворимые вещества [8; 9; 10].

Благодаря эмульсии, активное вещество крема Airtal, ацеклофенак, хорошо впитывается всасывается через кожу и проникает в более глубокие слои кожи и суставы, а также сохраняется в месте абсорбции, что повышает противовоспалительную эффективность [11]

Образующие основу крема вещества обладают и увлажняющими свойствами – кожа не становится сухой, ранимой и не трескается [12]. Вазелиновое масло остаётся на поверхности кожи, задерживая испарение влаги, кроме того, будучи замешанным в эмульсию, оно не образует жировой плёнки и не оставляет пятен.

Метилпарагидробензоат и пропилпарагидроксibenзоат обеспечивают бактериальную чистоту крема на протяжении всего срока годности и после открытия

тюбика. Эти вещества в том количестве, в котором они присутствуют в креме, при применении на здоровой и неповреждённой коже никоим образом не угрожают здоровью человека [13].

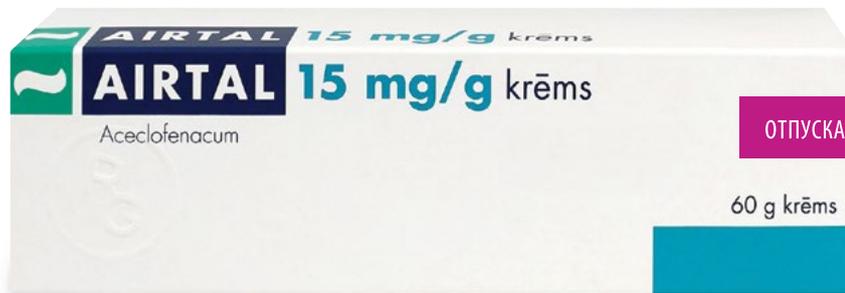
**[ ... хорошо впитывается через кожу и проникает в более глубокие слои кожи и суставы, а также сохраняется в месте абсорбции, что повышает противовоспалительную эффективность ]**

**[ ... обладает и увлажняющими свойствами – кожа не становится сухой, ранимой и не трескается ]**

## Использованная литература и ссылки

1. *Veselības enciklopēdija. Nacionālais apgāds, Rīga, 2009.*
2. *Informācija pacientam par hroniskām sāpēm. Latvijas sāpju izpētes biedrība. www.sapes.lv*
3. *Palīgs reimatoīdo slimnieku pacientiem. Latvijas kaulu, locītavu un saistaudu slimnieku biedrība. www.reimatik.lv*
4. *10 things you should know about rheumatic diseases. www.eular.org*
5. *Hardin J. G. Rheumatic Pain. In: Walker H. K., Hall W. D., Hurst J. W. (Eds.) Clinical Methods: The History, Physical, and Laboratory Examinations. 3rd edition. Boston: Butterworths, 1990, chapter 159. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK267/>*
6. *Sellam J., Herrero-Beaumont G., Berenbaum F. Osteoarthritis: pathogenesis, clinical aspects and diagnosis. EULAR Compendium on Rheumatic Diseases. 2009, pp.444–476.*
7. *Aceclofenac. European Pharmacopoeia 6th ed. 2008; p.1093-1094*
8. *Malik M.Z., Ahmad M., Minhas M.U., Munir A. Solubility and Permeability Studies of Aceclofenac in Different Oils. Tropical Journal of Pharmaceutical Research March 2014;13 (3): 327-330*
9. *Lee Y., Kim J.S., Yoon M., Lee J., Choi Y.W. Transdermal delivery of aceclofenac incorporated in microemulsion system. Presented in Controlled Release Society 32nd Annual Meeting & Exposition Transaction, 2005*
10. *Encyclopedia of Pharmaceutical Technology. Third edition, 2007, by Informa Healthcare USA*
11. *www.zva.gov.lv "Airtal 15 mg/g" zāļu apraksts ZVA13-09-2012*
12. *Encyclopedia Britannica. Encyclopaedia Britannica Online Academic Edition. Encyclopaedia Britannica Inc., 2015. Web. 29 Mar. 2015*
13. *Hafeez F, Maibach H. An overview of parabens and allergic contact dermatitis. Skin Therapy Lett. 2013 Jul-Aug;18(5):5-7.*

# ОБЕЗБОЛИВАЮЩЕЕ, ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНОЕ И ПРОТИВОРЕВМАТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО



ОТПУСКАЕТСЯ БЕЗ РЕЦЕПТА

#### ПРИМЕНЕНИЕ:

1,5 – 2 г крема наносят на болезненный участок 3 раза в день и лёгкими движениями втирают в кожу.

RGD:82420/LV



РЕКЛАМОДАТЕЛЬ:



GEDEON RICHTER

Более подробную информацию можно получить у представительства Gedeon Richter в Латвии: К. Улмаņa gatve 119, Марупе, Марупский край, LV-2167 Тел.: +371 67845338  
При возникновении побочных явлений, пожалуйста, звоните по тел.: +371 67388780 (24h). Информация проверена и утверждена 23.02.2015.

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ ИЛИ ФАРМАЦЕВТОМ О ПРИМЕНЕНИИ ЛЕКАРСТВА. ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТАЙТЕ ИНСТРУКЦИЮ ПО ПРИМЕНЕНИЮ!

## НЕОБОСНОВАННОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕКАРСТВА ВРЕДНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ