

Η φαρμακευτική αντιμετώπιση της Οστεοαρθρίτιδας



Δρ. Αχιλ. Ε. Γεωργιάδης
Ρευματολόγος

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών και Παρισίων

www.myoskeletiko.com

Συμπληρώματα Διατροφής στην Οστεοαρθρίτιδα



Δρ Αχιλ. Ε. Γεωργιάδης, Ρευματολόγος

**Ο τζίρος των συμπληρωμάτων διατροφής,
στην Ελλάδα της κρίσης,
είναι περί τα 600.000 εκατομμύρια ευρώ τον χρόνο!**

**9 στους 10 ασθενείς με χρόνια πόνο
λαμβάνουν συστηματικά συμπληρώματα διατροφής!**

**Τα συμπληρώματα διατροφής περιλαμβάνουν:
βιταμίνες, αντιοξειδωτικά, κολλαγόνο,
γλυκοζαμίνη, μέταλλα, υαλουρονικό οξύ, κουρκουμά,
τζίντζερ και πολλά άλλα.**

**Πως θα χειριστούμε εμείς σαν γιατροί
αυτή την κατάσταση;**

Θα την αγνοήσουμε;

Θα την χλευάσουμε;

**Θα ενημερωθούμε για αυτά τα φάρμακα
και θα μάθουμε να τα χειριζόμαστε ;**

**Η ΕΠΕΜΥ αποφάσισε
ότι στα συνέδριά της από φέτος
να έχει πάντα μια συνεδρίαση
που θα αφορά
τα συμπληρώματα διατροφής**



Δήλωση σύγκρουσης συμφερόντων

**Η υποκρισία είναι τόσο παλιά, όσο το δένδρο της Εδέμ!
Orson Welles**

**Δυστυχώς γι' αυτή
την ομιλία
δεν πήρα χρήματα!**



NeoCell™

σε κάνει ✓ **έο**
άνθρωπο



Κολλαγόνο 1&3

NeoCell™

λαμπερή επιδερμίδα,

υγιείς αρθρώσεις

δυνατά μαλλιά & νύχια,

ισχυρό αντιοξειδωτικό

biolin
high quality natural products

Τηλ. 210 9961300

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΕΙΤΕ ΤΟ ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟ ΣΑΣ ΑΡ. ΓΝΩΣΤ. Ε.Ο.Φ.: 5954/2013

ΤΑ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΔΕΝ ΥΠΟΚΑΘΙΣΤΟΥΝ ΜΙΑ ΙΣΟΡΡΟΠΗΜΕΝΗ ΔΙΑΙΤΑ

Τι είναι το κολλαγόνο;

Είναι η πιο άφθονη πρωτεΐνη (20-30%) που διαθέτουμε στο σώμα μας.

Ποιος είναι ο λειτουργικός του ρόλος στον οργανισμό;

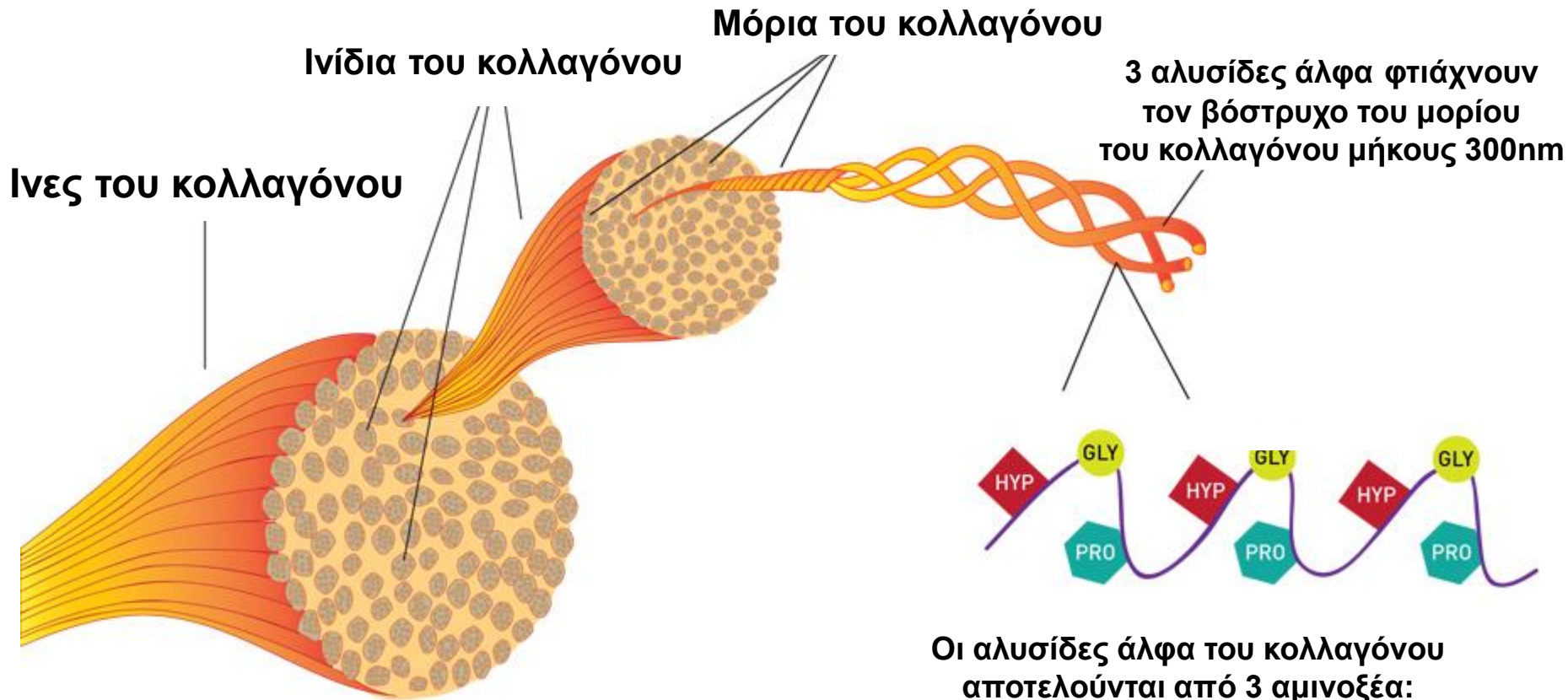
Αποτελεί την βάση (καμβά) πάνω στον οποίο στηρίζονται όλα τα κύτταρα και οι δομικές ουσίες όλων των ιστών του σώματος!

Η λέξη προέρχεται από το "κόλλα" και το "γόνο".
Δηλαδή "συγκολλητική ουσία"

Ποια κύτταρα το παράγουν στην άρθρωση;

Τα χονδροκύτταρα

Ινες του κολλαγόνου



Οι αλυσίδες άλφα του κολλαγόνου αποτελούνται από 3 αμινοξέα: την Γλυκίνη, την Προλίνη και την Λυσίνη



Χονδροκύτταρο παράγει Προκολλαγόνο

**Υπάρχουν το λιγότερο 16 είδη κολλαγόνου.
Το 80-90% του σώματος αποτελείται από τα κολλαγόνα I, II και III.**

**Το κολλαγόνο τύπου I είναι το ισχυρότερο.
Εχει υπολογισθεί ότι η αντοχή του είναι ανάλογη με το ασάλι (γραμ/γραμ)**

Η παραγωγή του κολλαγόνου μειώνεται με την ηλικία και από εξωγενείς παράγοντες όπως οι υπεριώδεις ακτινοβολίες, το κάπνισμα και η υπερκατανάλωση σάκχαρης!

Η παραγωγή του κολλαγόνου μπορεί να αυξηθεί με την τοπική δράση Laser και την βοήθεια της βιταμίνης A και την απαραίτητη παρουσία βιταμίνη C.

Επιθέματα κολλαγόνου μπορεί να βοηθήσουν στην επούλωση πληγών, διότι έλκουν νέα κύτταρα του δέρματος.

Αλλά οι καλλυντικές αλοιφές δεν δρουν σε υγιές δέρμα διότι τα μόρια του κολλαγόνου είναι εξαιρετικά μεγάλα για να εισδύσουν στο δέρμα και να δράσουν τοπικά!

Κλινικές μελέτες για την κλινική δράση του πόσιμου κολλαγόνου στην Οστεοαρθρίτιδα υπάρχουν στην Βιβλιογραφία.

**Effect of collagen hydrolysate in articular pain:
a 6-month randomized, double-blind, placebo controlled study.**

Source: Cochrane Central Register of Controlled Trials, John Wiley & Sons Ltd

Publisher: Complementary therapies in medicine

Publication Date: 01 Jun 2012

Το συμπέρασμα είναι:

**This study suggests that collagen hydrolysate 1200 mg/day
could increase the number of clinical responders**

(i.e. improvement of at least 20% on the VAS) compared to placebo.

More studies are needed to confirm the clinical interest of this food supplement.

Μερικές κλινικές μελέτες με χορήγηση κολλαγόνου στην Οστεοαρθρίτιδα

- 1. Henderson CJ, Panush RS. Diets, dietary supplements and nutritional therapies in rheumatic diseases. Rheumatic Disease Clinics of North America 1999; 25(4):937–68.**
- 2. Moskowitz, RW. Role of collagen hydrolysate in bone and joint disease. Seminars in Arthritis & Rheumatism 2000; 30(2):87–99.**
- 3. Adam M. Therapie der osteoarthrose welche wirkung haben gelatineparaprte? Therapiewoche 1991;41:2456–61 [Article in German].**
- 4. Cazzola M, Antivalle M, Sarzi-Puttini P, Dell’Acqua D, Panni B, Caruso. Oral type II collagen in the treatment of rheumatoid arthritis. A 6-month double-blind placebo controlled study. Clinical and Experimental Rheumatology 2000; 18(5):57–77.**
- 5. McKown KM, Carbone LD, Kaplan SB, Aelion JA, Lohr KM, Cremer MA et al. Lack of efficacy of oral bovine type II collagen added to existing therapy in rheumatoid arthritis. Arthritis & Rheumatology 1999; 42(6):1204–08.**
- 6. Wei W, Zhang L, Xu J et al. A multi-center double-blind, randomised, controlled phase III clinical trial of chicken type II collagen in rheumatoid arthritis. Arthritis Research and Therapy 2009; 11:R180.**
- 7. Crowley D.C., et al. Safety and efficacy of undenatured type II collagen in the treatment of osteoarthritis of the knee: a clinical trial. International Journal of Medical Sciences 2009; 6(6):312–21.**
- 8. Benito-Ruiz P.,et al. . A randomised controlled trial on the efficacy and safety of a food ingredient, collagen hydrolysate, for improving joint comfort. International Journal of Food Sciences and Nutrition 2009; 60 (S2):99.**
- 9. McAlindon T.E., et al. Change in knee osteoarthritis cartilage detected by delayed gadolinium enhanced magnetic resonance imaging following treatment with collagen hydrolysate: a pilot randomised controlled trial. Osteoarthritis and Cartilage 2011; 19:399–405.**



Κλασικές ερωτήσεις γιατρών!



**Απορροφάται το κολλαγόνο από το έντερο;;
και βέβαια απορροφάται!!!**



**και φθάνει στις αρθρώσεις;;;
και βέβαια φθάνει στις αρθρώσεις!!!**



**και τι κάνει στις αρθρώσεις;;;;
αυτό κανένας δεν τόβρε και δεν τόπε ακόμα !!!**



Οστεοαρθρίτιδα και κολλαγόνο

**Στον αρθρικό χόνδρο
το κολλαγόνο το παράγουν τα χονδροκύτταρα
τα οποία έχουν τεράστιο πρόβλημα λειτουργικότητας.**

**Με απλά λόγια στην οστεοαρθρίτιδα
υλικό (αμινοξέα) για να δημιουργηθούν κολλαγόνα ινίδια
υπάρχει
αλλά τα χονδροκύτταρα
ή δεν μπορούν να παράγουν κολλαγόνο
ή καταστρέφουν το ήδη υπάρχον.**

**Δύο απο τις κλασικές νόσους
που λείπει το κολλαγόνο
είναι η Ατελής Οστεογένεσης (κολλαγόνο τύπου I)
και το Σκορβούτο (όλα τα είδη κολλαγόνου).
και οι δύο δεν γίνονται καλά με την λήψη κολλαγόνου!**

**Εάν πράγματι όπως ισχυρίζονται μερικοί
η επιπλέον χορήγηση αμινοξέων
διεγείρει τα χονδροκύτταρα
για παραγωγή κολλαγόνων ινιδίων,**



**Υδρολυμένο κολλαγόνο
ή
Πατσά**



Αυτό μπορεί να το κάνει το κολλαγόνο!!!