**Гонартроз тяжелый консервы**

1. Аркоксиа 90 мг 1 р/день н/ночь 7 дней;
2. Мовалис 7,5 1 таб 2 р/день;
3. Омез 20 мг 2 р/день на время приёма НПВС (Аркоксиа, Мовалис);
4. Лечебная физкультура, курс физиотерапии;
5. Иммобилизация правого коленного сустава в ортезе 4 недели;
6. Масляно-водочные компрессы на 1 час перед сном, шерстяная повязка на ночь;
7. Курс инъекций препаратами гиалуроновой кислоты, 3 инъекции, 1 инъекция в неделю;
8. Избегание воздействия динамических и статических факторов, повышающих осевую нагрузку на коленный сустав (бег, длительная ходьба, прыжки, подъём тяжестей, пребывание в однообразной рабочей позе);
9. МРТ [ШАБЛОН] коленного сустава в плановом порядке с последующей консультацией травматологом-ортопедом.

**Артроз общий**

1. Консультация врача реабилитолога в плановом порядке, курс комплексного восстановительного лечения (курс массажа, ЛФК, физиотерапии);
2. Избегание воздействия динамических и статических факторов, повышающих осевую нагрузку на сустав (бег, длительная ходьба, прыжки, подъём тяжестей, пребывание в однообразной рабочей позе);
3. Ношение обуви с хорошо амортизирующей подошвой, изготовление индивидуальных ортопедических стелек;
4. Дополнительная опора на трость или костыль в руке, противоположной поражённому суставу при необходимости;
5. Вольтарен эмульгель + гель Долобене 1:1 3 раза в день, самомассаж в течение 10 минут, массажные движения направлены от периферии к телу на 10-14 дней;
6. Аркоксиа 90 мг 1 таблетка 1 раз в день после еды в течение 7 дней;
7. Контролок 20 мг 1 раз в сутки на весь срок приема НПВС (Аркоксиа);
8. При нагрузках использование мягкого наколенника;
9. Терафлекс (Глюкозамина гидрохлорид 500 мг + Хондроитин сульфат 400 мг) первые 3 недели по 1 капсуле 3 раза в сутки; в последующие дни по 1 капсуле 2 раза в сутки, независимо от приема пищи, запивая небольшим количеством воды. Курс лечения 3-6 месяца;
10. Курс инъекций гиалуроновой кислоты/PRP, 3 инъекции, 1 инъекция в неделю. ИСКЛЮЧИТЬ введение препаратов глюкокортикоидов в полость пораженного сустава;
11. Пиаскледин - внутрь, по 1 капсуле в день, предпочтительно утром во время еды, запивая 250 мл воды. Курс лечения 6 мес.
12. При недостаточной эффективности консервативных мер или усугублении жалоб - планирование тотального эндопротезирования коленного сустава.

**Асептика головки бедра/мыщелков бедренной/большеберцовой кости**

1. Разгрузка [ШАБЛОН] нижней конечности - применение костылей при ходьбе в зависимости от выраженности болевых ощущений ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ СИММЕТРИИ ШАГА (или ходьба укороченным шагом) в течение 3 месяцев;
2. Масляно-водочные компрессы на 1 час перед сном, шерстяная повязка на ночь.
3. Консультация врача реабилитолога в плановом порядке, курс комплексного восстановительного лечения (курс массажа, ЛФК, физиотерапии);
4. Исключение холодовых процедур;
5. При болях: Аркоксиа 90 мг 1 таблетка в день после еды (максимум 7 дней), ЛИБО Нимесил 100 мг 2 раза к сутки, по 1 пакетику после еды, ЛИБО Нурофен 400 мг 1 таблетка до 3 раз в сутки СТРОГО после еды ЛИБО Эффералган 500 мг 1 таблетка до 6 раз в сутки;
6. Контролок 20 мг 1 таблетка на весь срок приема НПВС (Аркоксиа, Нурофен, Нимесил);
7. Кальций-Д3 Никомед 500 мг+200 МЕ 1 таблетка 2 раза в день;
8. Алендронат 70 мг 1 таблетка 1 раз в неделю в течение 1 года;
9. Дипиридамол 75 мг 1 таблетка 1 раз в день в течение 3 недель;
10. При нагрузках использование мягкого наколенника;
11. Терафлекс (Глюкозамина гидрохлорид 500 мг + Хондроитин сульфат 400 мг) первые 3 недели по 1 капсуле 3 раза в сутки; в последующие дни по 1 капсуле 2 раза в сутки, независимо от приема пищи, запивая небольшим количеством воды. Курс лечения 3-6 месяца;
12. Курс инъекций гиалуроновой кислоты/PRP, 3 инъекции, 1 инъекция в неделю. ИСКЛЮЧИТЬ введение препаратов глюкокортикоидов в полость пораженного сустава;
13. Анализ мочи и крови на Кальций 1 раз в 3 месяца в поликлинике по месту жительства с последующей консультацией терапевта;
14. МРТ [ШАБЛОН] сустава с повторной консультацией травматологом через 6 недель, 3, 6, 12 месяцев;
15. При недостаточной эффективности консервативных мер или усугублении жалоб - планирование оперативного вмешательства.