

## Sadržaj

1.	UVOD .....	5
2.	ANATOMIJA.....	7
2.1.	OSSA METATARSI (KOSTI DONOŽJA).....	7
2.2.	OSSA DIGITORUM PEDIS.....	8
2.3.	ODLIKE KOSTIJU STOPALA .....	8
2.4.	ARTICULATIO DIGITI (ZGLOBOVI PRSTIJU).....	9
2.5.	MIŠIĆI STOPALA .....	10
2.5.1.	PLANTARNI MIŠIĆI STOPALA.....	10
2.5.2.	DORZALNI MIŠIĆI STOPALA.....	10
2.5.3.	UNUTRAŠNJA GRUPA MIŠIĆA STOPALA .....	11
2.5.4.	SREDNJA GRUPA MIŠIĆA STOPALA.....	12
2.5.5.	SPOLJAŠNJA GRUPA MIŠIĆA STOPALA.....	12
3.	ETIOLOGIJA.....	12
4.	PATOGENEZA.....	13
4.1.	ENDOGENA PATOGENEZA .....	13
4.2.	EGZOGENA PATOGENEZA.....	14
4.3.	PRIMARNI GIHT.....	14
4.4.	SEKUNDARNI GIHT .....	14
5.	KLINIČKA SLIKA .....	15
6.	DIJAGNOSTIKA.....	18
6.1.	IDENTIFIKACIJA KRISTALA SVETLOSNI POLARIZACIJSKIM MIKROSKOPOM.....	18
6.2.	ULTRAZVUČNA DIJAGNOSTIKA .....	19
6.3.	RADIOGRAFSKA (RTG) DIJAGNOSTIKA .....	20
6.4.	MAGNETNA REZONANCA (MR) DIJAGNOSTIKA.....	20
6.5.	DUAL ENERGY CT (DECT) DIJAGNOSTIKA .....	21
7.	LEČENJE.....	22
7.1.	NUTRITIVNI TRETMAN GIHTA.....	22
7.2.	PREPORUCENI DODACI U ISHRANI.....	24
7.3.	MEDIKAMENTOZNI TRETMAN GIHTA .....	24
7.4.	HIRUŠKO LEČENJE .....	26
8.	FIZIOTERAPIJSKI TRETMAN GIHTA.....	27
8.1.	VEŽBE ZA SKOCNI ZGLOB I ZGLOBOVE STOPALA .....	31

8.2.	VEŽBE U SEDEĆEM POLOŽAJU SA ISPRUŽENIM NOGAMA .....	32
8.3.	VEŽBE U SEDECEM POLOŽAJU .....	34
8.4.	VEŽBE U STOJECEM POLOŽAJU .....	36
9.	URIČKI ARTRITIS I SPORT .....	39
10.	ZAKLJUČAK.....	42
11.	LITERATURA.....	43