

Το σχόλιο του medreha.com για την πρόληψη των καταγμάτων

2011-11-23 11:59:37

Το σχόλιο του medreha.com

Η οστεοπόρωση είναι σιωπηλή πάθηση. Τα κατάγματα όμως ΔΕΝ είναι πάντα σιωπηλά.

Δημιουργούν αναπηρίες που πρέπει να τις προλάβουμε. Η οστεοπόρωση μας βλάπτει με τα κατάγματα. **Τα συνηθέστερα συμβαίνουν στη σπονδυλική στήλη, στο ισχίο και στον καρπό.** Η εμφάνιση των παθολογικών αυτών καταγμάτων, δηλαδή της θραύσης των οστών με ασήμαντες **πτώσεις** ή και ακόμα χωρίς κανένα τραυματισμό, γίνεται βέβαια σε προχωρημένο στάδιο του νοσήματος.

Επομένως είναι πολύ πιθανό μία γυναίκα να πάσχει από οστεοπόρωση από πολλά χρόνια και να το αγνοεί, εφ' όσον ακόμα δεν έχει σπάσει κανένα οστό. Ιδιαίτερα έμφαση δίνουμε στα σπονδυλικά κατάγματα, που είναι πολλές φορές *ασυμπτωματικά*, και προκαλούν τους αφόρητους πόνους στη ράχη καθώς και κύφωση (καμπούρα). Το αποτέλεσμα είναι να υπάρχουν εκτός των λειτουργικών και ψυχολογικές συνέπειες που οδηγούν το οστεοπορωτικό άτομο (συνήθως γυναίκα) σε φαύλο κύκλο έως την κατάθλιψη.

Η θεραπεία της οστεοπόρωσης που επικεντρώνεται μόνο στα οστά *αγνοεί τη μυϊκή λειτουργία και την ισορροπία* στοιχεία που συνδέονται απευθείας με την πάθηση, την πρόληψη των πτώσεων και των καταγμάτων.

Το **medreha.com** από τότε που δημιουργήθηκε υποστηρίζει το concept πως **στόχο μας** αναφορικά με αυτή την πάθηση πρέπει να αποτελεί η **πρόληψη των καταγμάτων. Η πρόληψη των καταγμάτων ΔΕΝ γίνεται αποκλειστικά με φάρμακα. Απαιτείται πρόληψη των πτώσεων!!** Οι πτώσεις δεν μειώνονται με τα αντιοστεοπορωτικά φάρμακα. Αντίθετα η πολυφαρμακία γενικότερα προκαλεί πτώσεις.

Πεποίθησή μας είναι πως η άποψή μας για **δημιουργία ιατρείων πτώσεων** στα δημόσια νοσοκομεία και η στελέχωσή τους με εξειδικευμένο προσωπικό (Φυσιάτρους – Ιατρούς Αποκατάστασης, Φυσικοθεραπευτές, Εργοθεραπευτές, Ψυχολόγους κτλ.) αποτελεί απαραίτητο βήμα: 1) για την πρόληψη των καταγμάτων, 2) τον περιορισμό των χειρουργείων καταγμάτων ισχίου (του δραματικότερου οστεοπορωτικού κατάγματος), και 3) τη μείωση των δαπανών για υλικά και νοσήλεια στα Νοσοκομεία της χώρας μας.

<http://www.youtube.com/watch?v=-1pHyN2YrFU>

<http://www.youtube.com/watch?v=ATlhE1Dmogg>

<http://www.medreha.com/wp-content/uploads/2009/12/11.07.09osteoporosi.mp3>