

Παγκόσμια Ημέρα Οστεοπόρωσης: Ένα κάταγμα είναι αρκετό!

2012-10-20 07:54:11

Αγαπητοί φίλοι,

η 20η Οκτωβρίου είναι αφιερωμένη στην Οστεοπόρωση.

Για το λόγο αυτό κατά τη διάρκεια της εβδομάδας θα υπάρχουν άρθρα συναφή με την Οστεοπόρωση. Η ιστοσελίδα μας από τότε που δημιουργήθηκε υποστηρίζει το concept πως **στόχο μας** αναφορικά με αυτή την πάθηση πρέπει να αποτελεί η **πρόληψη των καταγμάτων**.

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.

Για το λόγο αυτό θα ανεβάσουμε από σήμερα στην ιστοσελίδα μας **δωρεάν** φυλλάδια που έχουν υποστηριχθεί επιστημονικά από εμένα παλαιότερα στα οποία υπάρχουν πληροφορίες για την πρόληψη και αντιμετώπιση της πάθησης καθώς και πλήθος απλών ασκήσεων.

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

Ενημερωθείτε και **μην αφήσετε την Οστεοπόρωση να σας λυγίσει**

ή τουλάχιστον ας είναι το πρώτο σας κάταγμα και το τελευταίο!

[Leaflet OSTEOPOROSH\[1\]](#)

[Poster \(Askhseis\) OSTEOPOROSH\[1\]](#)