



## BETEGTÁJÉKOZTATÓ

### Osteoporosis (csontritkulás)

#### **Tisztelt Hölgyem / Uram! Kedves Betegünk!**

A beavatkozáshoz melyet Önön tervezünk, szükséges az Ön beleegyezése. Ahhoz, hogy Ön dönteni tudjon, az alábbi ismertetéssel szeretnénk segítségére lenni a betegségről, valamint a beavatkozás módjáról, jelentőségéről, következményeiről és a szóba jöhető szövődményekről.

A csontritkulás a csonttömeg fogyását, a csont szerkezetének megváltozását jelenti. „Néma járvány” -nak nevezik, mivel hosszú időn át nem ad tünetet, csak később, kis behatásra keletkező csonttörés kapcsán derül fény rá. Alapját a csontbontó és csontépítő sejtek egyensúlyának megbomlása jelenti. Okai között szerepelhetnek hormonális változások, idős kor, hiányos táplálkozás, mozgáshiány, egyéb belgyógyászati, reumatológiai stb. betegségek. Kezeletlen esetben a folyamat fokozatosan halad előre, a csontok törékenysége fokozódik, deformitások alakulhatnak ki. A kivizsgálás során csontsűrűség vizsgálat, labor és rtg. történik.

#### **A kezelés részei**

- Gyógytorna megtanítása,
- Gyógyszeres terápia beállítása, mely mindig egy évre szabott
- Fizioterápia
- Fürdőkezelés
- Helyileg alkalmazható kenőcsök, pakolások.

#### **A kezelések célja:**

a csontbontó sejtek működésének gátlása, a csontépítő sejtek működésének fokozása, fájdalomcsillapítás, a helyi izomgörcsök oldása. Étrend területén calciumban gazdag (tej, tejtermékek) ételeket javasolunk. A dohányzás, alkohol, cota kerülendő, ugyanígy mint a mozgásszegény életmód. Naponta legalább fél óra séta, valamint rendszeres gyógytorna végzése feltétlenül szükséges. A lakásban, környezetben ki kell küszöbölni minden balesetveszélyt, mely az eleséseket fokozhatja, fel kell szedni a szőnyegeket, megszüntetni a mozgást akadályozó küszöböt, vezetőkeket. Stabil tárgyakat kell elhelyezni a lakásban. A betegnek rendelhető támbot, járókeret, gerincrögzítő.

#### **A kezelések mellékhatása lehet**

- Gyógyszerektől allergia
- Gyomorpanaszok, különösen gyomor, illetve nyombélfekélyes betegeknél
- D vitamin adása esetén vesekőképződés (ezért szükséges a rendszeres laborcontroll a fokozott calciumürítés kiszűrésére )

A fizioterápia során fémérzékeny betegeknél helyi bőrelváltozások keletkezhetnek, a bőrön égési sérülések jöhetnek létre. A fürdő során különösen vigyázni kell, a vizes területeken nagy a megcsúszás veszélye. A kezelés során feltétlenül szükséges a beteg aktív közreműködése, a rendszeres mozgás, aktív életmód kialakítása és az ellenőrzésre való rendszeres járás.