Osteoporoza jako choroba cywilizacyjna. Czy jest się czego bać? Wywiad z Szymonem Chrostowskim

Kategoria: Wywiady
Opublikowano: piątek, 19, czerwiec 2020 15:50
Małgorzata Orłowska
Odsłony: 1507

Szacuje się, że w Polsce na osteoporozę cierpi 1,5 miliona kobiet i około 340 tys. mężczyzn w wieku powyżej 50 lat. WHO zaliczyła tę przypadłość za jedną z głównych chorób cywilizacyjnych. W jaki sposób chronić się przed osteoporozą? Kto najczęściej na nią choruje? I czy samorządy mogą pomóc w walce z chorobą? Zapytaliśmy Szymona Chrostowskiego, Prezesa Zarządu Fundacji Wygrajmy zdrowie.

O osteoporozie wiele się mówi i słyszy, ale na czym dokładnie polega ta choroba?

Szymon Chrostowski: Osteoporoza uznana została przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) za jedną z głównych chorób cywilizacyjnych. Narażona jest na nią co czwarta kobieta powyżej 60. roku życia i co druga, która ukończyła 70 lat. Należy pamiętać, że na osteoporozę chorują także mężczyźni. Osteoporoza to choroba charakteryzująca się zaniżoną masą kości i zaburzoną mikroarchitekturą szkieletu, zwiększa ryzyko złamań kości, a konsekwencji często prowadzi do niepełnosprawności lub zgonu.

Osteoporoza to choroba szkieletu charakteryzująca się zwiększonym ryzykiem złamań kości w następstwie zmniejszenia jej odporności mechanicznej. Odporność mechaniczna zależy zarówno od gęstości mineralnej kości (tzw. BMD), jak i jakości tkanki kostnej. W praktyce jednak rozpoznanie osteoporozy stawia się na podstawie kryteriów densytometrycznych zaproponowanych przez WHO.

Jaki procent społeczeństwa w Polsce jest dotknięty osteoporozą? I czy można stosować jakieś działania profilaktyczne?

Szymon Chrostowski: Osteoporoza staje się także coraz poważniejszym problemem dla starzejącego się polskiego społeczeństwa. Szacuje się, że w Polsce z osteoporozą żyje około 1,5 miliona kobiet i około 340 tys. mężczyzn w wieku powyżej 50 lat, z czego zaledwie od 10 do 20 proc. poddaje się leczeniu. Około 8 milionów Polek i Polaków jest w grupie ryzyka. Koszty złamań osteoporotycznych ponoszone są nie tylko przez budżet państwa (wydatki na leczenie czy też późniejsze renty lub zasiłki) ale także przez samorządy lokalne (koszty ponoszone na opiekę świadczoną na rzecz pacjenta przez uprawnione do tego instytucje, np. Miejskie Ośrodki Pomocy Społecznej).

Wczesne rozpoznanie utraty tkanki kostnej umożliwia rozpoczęcie leczenia mające na celu zapobieganie złamaniom. Najpowszechniejszym sposobem diagnostyki osteoporozy jest badanie gęstości mineralnej kości, czyli densytometria.

Tylko starsze osoby są narażone na tę przypadłość?

Szymon Chrostowski: Przede wszystkim problem dotyczy kobiet, ale problem zaczyna się na długo przed wejściem w tzw. wiek senioralny. Główne przyczyny to nie tyle wiek, co przede wszystkim zmniejszenie wzrostu o 3 cm lub więcej - dlatego ważne jest regularne mierzenie się po skończeniu 50. roku życia, wczesna menopauza (przed 40. rokiem życia), wystąpienie złamania biodra u jednego z rodziców, a także brak aktywności fizycznej, palenie tytoniu i nadmierne spożywanie alkoholu.

Czy istnieją programy walki lub przeciwdziałania osteoporozie?

Szymon Chrostowski: Tak, są dobrze skonstruowane programy zdrowotne. Do tych najpopularniejszych przez lata były szczepienia. Natomiast ostatnio pozytywnie został oceniony przez AOTMiT samorządowy program przeciwdziałaniu osteoporozie. Światowy Dzień Osteoporozy, który obchodzimy każdego roku

Phoca PDF

Kategoria: Wywiady
Opublikowano: piątek, 19, czerwiec 2020 15:50
Małgorzata Orłowska
Odsłony: 1507

20 października, skłania do bliższego przyjrzenia się problemom pacjentów z tą groźną chorobą, która może prowadzić do niesprawności, kalectwa, a nawet śmierci. Osteoporoza zwana „cichym złodziejem kości" sytuowana jest przez ekspertów wśród najpoważniejszych schorzeń naszych czasów. Samorządowe programy profilaktyki w zakresie osteoporozy mogą także zwiększyć dostępność do badań diagnostycznych, szczególnie w odpowiednio zdefiniowanych grupach ryzyka oraz upowszechnić standardy leczenia tej choroby. Dzięki tym działaniom seniorzy będą mogli dłużej pozostać sprawni i być aktywną częścią społeczności lokalnej w swojej małej ojczyźnie.

W jaki sposób samorządy mogłoby włączyć się w działania profilaktyczne?

Szymon Chrostowski: Wsparcie działań samorządów na rzecz poprawy losu pacjentów chorych mają szczególne znaczenie. To przede wszystkim kształtowanie lokalnej polityki zdrowotnej przekładającej się wprost na zdrowie Polek i Polaków w ujęciu makrospołecznym. Mogą to zapewnić również przy wsparciu lokalnych organizacji pacjenckich, klubów seniora, uniwersytetów trzeciego wieku oraz innych osób i instytucji, zainteresowanych w rozwiązaniu tego społecznego problemu jakim jest brak profilaktyki. Inwestycja w profilaktykę, diagnostykę i leczenie osteoporozy jest bardzo korzystna dla jednostek samorządu terytorialnego ze względów humanitarnych, społecznych i finansowych. Brak nakładów w tym zakresie prowadzi do pogorszenia jakości życia seniorów, eliminuje ich z bycia aktywnymi członkami społeczności lokalnej i oznacza konieczność zwiększania wydatków na pomoc społeczną. Wspaniałym przykładem korzyści dla wszystkich zainteresowanych stron jest zawiązanie Samorządowej Koalicji na Rzecz Przeciwdziałania Osteoporozy w Powiecie Wałeckim. Powiat, gminy, oraz instytucje i organizacje pacjentów podpisało się pod wspólną deklaracją.

Phoca PDF