

Андрејана Стојановска
Втор циклус специјалистички стручни студии
Факултет за медицински науки
Универзитет „Гоце Делчев“-Штип

Ментор: Доцент Д-р. Ленче Николовска
Факултет за медицински науки
Универзитет „Гоце Делчев“-Штип

ЗАСТАПЕНОСТ НА ОСТЕОПОРОЗАТА ВО ОПШТИНА КУМАНОВО ЗА ПЕРИОДОТ ОД 2007 ДО 2013 ГОДИНА, И НЕЈЗИНА ПРЕВЕНЦИЈА И РЕХАБИЛИТАЦИЈА

Краток извадок

Остеопорозата е намалување или губење на коскената маса, типична за жени во постменопауза. Остеопорозата (порозни коски) е состојба при која коските се слаби и кршливи и дури најлесно оптоварување може да доведе до спонтани фрактури. Во повеќето случаи намалената цврстина на коските се должи на ниско ниво на калциум, фосфор и други минерали кои што влегуваат во нивниот состав. Постојат два основни облика на болеста:

Првиот облик се јавува кај жени околу 50-тата година (во менопаузата), како последица на снижените вредности на женскиот хормон - естроген.

Другиот облик на остеопороза е т.н. сенилна остеопороза и се јавува околу 70-тата година, како последица на слабиот метаболизам на калциум во зрелите години.

И мажите можат за заболат од остеопороза, како последица на алкохолизам или намалени вредности на машкиот полов хормон - тестостерон.

Најправилна метода на откривање на остеопороза е коскената денситометрија, односно мерење на коскената густина.

Остеопорозата може, не само да се спречи, туку и успешно да се лекува со медикаментозна терапија и одредени животни навики за олеснување на болеста. Со помош кинезитерапија, физикална медицина и други современи и алтернативни методи може да се постигнат солидни резултати во однос на превенција и рехабилитација на остеопорозата.

Клучни зборови: коскена маса, спонтани фрактури, менопауза, денситометрија, лекување.

Abstract

Osteoporosis is a reduction or loss of bone mass, typical for postmenopausal women, which often causes spontaneous fractures. Osteoporosis (porous bones) is a condition where the bones are weak and brittle and even easiest strain can lead to fractures. In most cases the reduced strength of the bones is due to low levels of calcium, phosphorus and other minerals that enter into their composition.

This condition can be caused or associated with a diseases of the glands with internal secretion, or due to the use of high doses of some prescriptions, such as corticosteroids .

There are two basic forms of the disease:

The first form of the disease occurs women around 50 years in menopause. The consequence is reduced values of estrogen, the female hormone.

Another form of osteoporosis is called and senile osteoporosis and occurs around 70 years as a result of poor calcium in the metabolism in the late years.

Even men can suffer from osteoporosis, and the most common factor is alcoholism. Can come from the loss of testosterone, the male sex hormone.

The most proper method of revealing the osteoporosis is a bone densitometry - bone density measurement .

Osteoporosis can, not only be prevented, but also successfully heal . It can be treated with medications and certain life style to facilitate the condition.

With kinesiotherapy and modern alternative methods can be achieved solid results in terms of prevention and rehabilitation of osteoporosis .

Цел на истражувањето е: да се одреди застапеноста на остеопорозата кај населението на подрачјето на општина Куманово за периодот од 2007 до 2013 година.

Методи на истражувачката работа

Истражувањето е вршено во ЈЗУ Општа болница-Куманово, Физикална терапија и рехабилитација, во периодот од 2007 – 2013 година.

Статистичките податоци се добиени од архивата на Центарот за јавно здравје – Куманово, Завод за здравствена заштита.

Задачи:

- анализа на добиените податоци од Општа болница - Куманово за застапеност на остеопорозата во Општина Куманово;
- одредување на дистрибуцијата и класификација на пациентите со остеопороза според возраста, полот и местото на живеење;
- предлог на кинезитерапевтска програма за превенција и рехабилитација на остеопорозата;

Резултати

Од обработените податоци, се добиени следните податоци кои што се прикажани во табела br.8. Направена е класификација на пациентите според возраста и полот.

Табела 8. Вкупен број на пациенти со остеопорозац (од 2007 до 2013)

Table 8. Total number of patients with osteoporosis (from 2007 to 2013)

Заболувања на коскена густина и структура 2007 год		Заболувања на коскена густина и структура 2008 год		Заболувања на коскена густина и структура 2009 год		Заболувања на коскена густина и структура 2010 год		Заболувања на коскена густина и структура 2011 год	
Машки	15	Машки	28	Машки	24	Машки	42	Машки	51
Женски	136	Женски	256	Женски	284	Женски	370	Женски	452
Вкупно	151	Вкупно	284	Вкупно	308	Вкупно	412	Вкупно	503

Заболувања на коскена густина и структура 2012 год	
Машки	87
Женски	1097
Вкупно	1184

Заболувања на коскена густина и структура 2013 год	
Машки	89
Женски	1305
Вкупно	1394



Дискусија

Според истражувањата и анализите, направени на ниво на град Куманово, во период од 7 години (2007 – 2013 год), добиени се статистички податоци, според кои може да се заклучи и да се потврди дека остеопорозата е во постојан пораст.

Врз основа на добиените податоци може да се утврди следоново:

- Бројот на заболени се зголемува од година во година;
- Најмал број на заболени се евидентирани во 2007 година, а најголем во 2011 година.
- Според возрастната структура на заболениите, најмала е процентуалната застапеност има кај лица од 20-24год, а најголема е застапеноста на населението над 65-годишна возраст.
- Женската популација заболува почесто во однос на мажите.

Заклучок

Според истражувањето и анализите направени на ниво на градот Куманово, за период од 7 години (2007 - 2013 год), од добиените статистички податоци може да се заклучи дека остеопорозата како модерно заболување, **е во сериозен пораст**.

Сметаме дека, со воведување на задолжителен преглед кај најризичната група на пациенти, значително би се зголемил процентот на рано откривање на болеста и нејзино соодветно лекување, со цел да се спречи појавата на скршеници и да се превенираат компликации од истите. Сето тоа ќе придонесе до големи заштеди за здравствениот систем.

ПРОГРАМА ЗА РЕХАБИЛИТАЦИЈА НА ОСТЕОПОРОЗАТА:

❖ Физикална терапија

Цел на физикалната терапија е намалување на болката, зајакнување на мускулатурата, редуцирање на телесната тежина, подобрување на координацијата и подобрување на општата физичка состојба.

- дијадинамични струи: 0, 02 – 0. 04 mA/cm², CP – LP, по 3 мин. со промена на пол, на болни точки.
- интерферентни струи: 90 100Hz, 10 – 15 мин.
- дијатермиа (ниски бранови): 200 W, 2 – 5cm, 30мин.
- пулсирачко нискофреквентно магнетно поле: 10 ml². 50Hz, 30 мин.
- хидрогалванаска када: 36 -37°C, 10 – 15 мин.
- термотерапија, парафин: 55 - 60 °C, 20 – 30мин.
- хидрокинезитерапија во базен: 34 - 36 °C, 30мин.
- мануелна масажа: класична и рефлекторна
- терапија со ултравиолетови зраци: локално и општо зрачење, суберитемни и еритемни дози, 150 – 200 W, 40 – 50cm, 10 – 30 мин.

❖ Кинезитераписки вежби за превенција и третман за остеопорозата



Користена литература

1. Димитрова, Е., Попов, Н. (2003): *Ръководство за упражнения по функционална диагностика на опорно-двигателния апарат*. Софија, 2003.
2. Каранешев, Г., (1991): *Теория и методика на лечебната физкултура*. Софија, 1991
3. Каранешев, Г., Тодоров, Л. (1986): *Лечебна физкултура при домашни условия*. София, 1986.
4. Николовска, Л., (2008): *Физикална медицина и рехабилитација*. Интерна скрипта од предавања, УГД –Штип.
5. Николовска, Л., (2009): *Клиничка кинезитерапија*. Интерна скрипта од предавања, УГД -Штип