



# Luustoliitto

TIEDOTE 6.3.2019

## Joka 5. lonkkamurtuman saanut kuolee vuoden sisällä murtumasta

Ikääntyneiden hoivapalvelut ovat olleet mediassa esillä päivästä toiseen. Suuren yritysten hoivapalveluyksiköitä suljetaan vuoron perään eri puolilla Suomea. Kukin kansanedustajaehdokas kertoo oman kantansa asiaan kaikkien ollessa pohjimmiltaan yhtä mieltä asiasta: vanukset tarvitsevat paremman hoivan.

Miksi vanhuksista puhutaan pelkän hoivan kohteena? Eikö hoivan ohessa ja toisinaan jopa sen sijaan kannata tarjota kuntoutuspalveluita? Tutkimustietoon pohjautuen voidaan sanoa, että iästä riippumatta kuntoutus kannattaa.

Miksi vanhusten kuntoutus on unohtunut keskustelusta. Kuntoutustoimien avulla voidaan vähentää kasvavaa painetta hoivapalveluihin sekä vähentää korkeimman hoivan tarvetta. Kyseessä on keskeinen asia tulevaisuuden kannalta, sillä Suomi ikääntyy Euroopan nopeimmassa tahdissa: vuonna 2030 suomalaisista 26 % on yli 65-vuotiaita.

- Hoitotakuuseen pitää lisätä mukaan kuntoutus ja siihen liittyviä toimenpiteitä pitää valvoa. Vain sillä tavoin voidaan vähentää hoidon kuluja, kertoo Luustoliiton ja Duodecimin Lonkkamurtuma Käypä hoito -suositusryhmän puheenjohtaja Tiina Huusko.

Osteoporoosi on kansansairaus, joka yleistyy ikääntymisen myötä. Kuntoutustoimien ulottaminen osteoporoosia sairastaviin vähentää akuutin sairaanhoidon lisäksi myös hoivan tarvetta. Jos osteoporoosia sairastavat saavat tarvitsemiaan kuntoutuspalveluita, voidaan lisätä heidän fyysistä toimintakykyään sekä tukea heitä huolehtimaan omasta kaatumisen ehkäisystään, monipuolisesta ja terveellisestä ravinnosta sekä tarvittaessa lääkehoidosta. Yhden estetyn lonkkamurtuman hinnalla voidaan järjestää suuri määrä avomuotoisia kuntoutuskursseja.

## Järkeä käteen ja kuntoutus käyttöön!

**#hoitopolutkuntoon #kukkarokiinni**

Lisätieto: [www.luustoliitto.fi/hyva-hoito](http://www.luustoliitto.fi/hyva-hoito)  
[www.luustoliitto.fi/hoitamattomuuden-hinta](http://www.luustoliitto.fi/hoitamattomuuden-hinta)

Lisätietoja: toiminnanjohtaja Ansa Holm,  
Suomen Luustoliitto, p. 050 303 9129 tai  
[ansa.holm@luustoliitto.fi](mailto:ansa.holm@luustoliitto.fi)

### Osteoporoosi:

- sairastaa 400 000 suomalaista.
- jopa 40 000 murtuman taustalla.
- tunnusmerkkejä pituuden lyheneminen ja luunmurtumat.
- voi sairastua iästä tai sukupuolesta riippumatta.
- voi aiheutua useasta eri pitkäaikaisairaudesta tai lääkehoidosta.
- yleistyy väestön ikääntyessä.

### Hoitopolut kuntoon:

- Murtumia voidaan ehkäistä hoitamalla osteoporoosia.
- Tärkeää on tunnistaa osteoporoosia sairastava – pelkkä murtuman hoito ei riitä!
- Osteoporoosia voidaan hoitaa: se vaatii toimenpiteitä sekä terveydenhuollolta että potilaalta itseltään.
- Osteoporoosi Käypä hoito -suositus toimii perustana osteoporoosin ennaltaehkäisylle, diagnostisoinnille, hoidolle ja kuntoutukselle.