



Luustoliitto

OSTEOPOROOSIN HYVÄ HOITO VAIN JOILLEKIN – MONILLE EI

Jopa 40 000 suomalaista saa vuosittain luunmurtuman osteoporoosin vuoksi. Lisäksi ensimmäistä murtumaa seuraa yleensä uusi murtuma, joka on usein edellistä vakavampi. Lopputuloksena voi olla lonkan murtuminen – se voi viedä toimintakyvyn ja pahimmassa tapauksessa hengen.

Suuri osa murtumista olisi estettävissä. Se tapahtuisi löytämällä osteoporoosia sairastavat murtumapotilaat, heidät hoitamalla ja antamalla heille tietoa ja tukea itsensä hoitamiseen sekä tarjoamalla kuntoutusta. Näin säästäisimme yhteiskunnan varoja, kohdentaisimme terveydenhuollon resursseja nykyistä paremmin sekä turvaisimme ikääntyneille toimintakyvisemmän vanhuuden.

Tilanne näyttää huonolta, kun kysyimme asiaa osteoporoosia sairastavilta itseltään (vastaajia 797):

- 69 % ei saanut ravitsemusohjausta
- 66 % ei saanut tietoa liikunnan merkityksestä tai siitä, millainen liikunta soveltuu osteoporoosia sairastavalle
- 78 % ei saanut ohjausta kaatumisen ehkäisemiseksi ja/tai kodin turvallisuuden kartoittamiseksi
- 10 % ohjattiin kuntoutukseen

Kyselyyn vastanneiden kertomaa:

"Sain tiedon taudistani puhelimitse."

"Terveyskeskuksessa sanottiin, että ravinnolla ei ole merkitystä osteoporoosissa."

"Kysyin lääkäriltä, että voisin käydä vaikka jonkun jumpparin luona saamassa ohjeita, hän ei pitänyt sitä tarpeellisena."

Vain joidenkin osteoporoosi hoidetaan hyvin. Niinpä moni osteoporoosia sairastava kaatuu ja saa uusia murtumia, ei saa tarvitsemaansa hoitoa eikä osaa hoitaa itseään – täysin turhaan!

OSTEOPOROOSIA SAIRASTAVILLE HYVÄ HOITO!

Suomessa on tutkittuun tietoon ja näyttöön pohjautuen laadittu hoitosuositus osteoporoosia sairastaville, mutta jostain syystä sen noudattaminen toteutuu monen kohdalla huonosti.

Osteoporoosi

- ✓ Sairastaa jopa 400 000 suomalaista
- ✓ Voi sairastua iästä tai sukupuolesta riippumatta
- ✓ Usein taustalla useat eri pitkäaikais-sairaudet tai lääkehoidot
- ✓ Tunnusmerkkejä pituuden lyheneminen ja luunmurtumat
- ✓ Jopa 40 000 murtumaa vuosittain
- ✓ Suomalaiset ikääntyvät eurooppalaisittain kovinta vauhtia: samalla meillä lisääntyvät osteoporoosia sairastavien määrä, murtumat ja osteoporoosin hoidosta aiheutuvat kulut

Osteoporoosi Käypä hoito -suositus on perustana osteoporoosin ennaltaehkäisylle, diagnostisoinnille, hoidolle ja kuntoutukselle.

Osteoporoosin hoitaminen hoitosuosituksista noudattaen vaatii toimenpiteitä terveydenhuollon hallinnolta sekä käytännön työtä tekevilta ammattilaisilta. On tärkeää toteuttaa osteoporoosia sairastavien hyvä hoito ja saada osteoporoosia sairastava mukaan omaan hoitoonsa ja kuntoutumiseensa. Näin pystytään säästämään merkittävä määrä yhteiskunnan varoja sekä vähentämään inhimillistä kärsimystä. Tämä on vain ja ainoastaan järkevää.

LISÄTIETOJA:

toiminnanjohtaja Ansa Holm, Suomen Luustoliitto ry
050 303 8129 tai ansa.holm@luustoliitto.fi