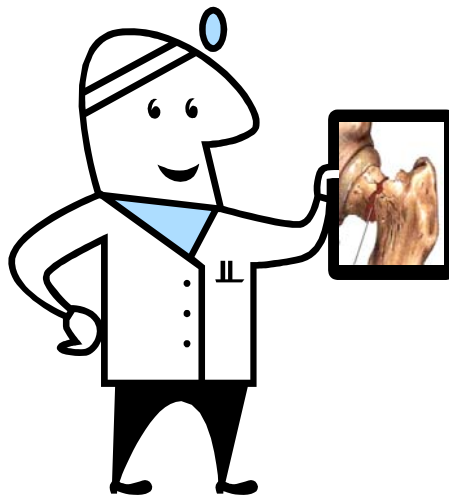




הדסה מרכז רפואי עולמי בשבילכם. המרכז הרפואי האוניברסיטאי הראשון בישראל

דף מידע בנושא: מניעת שברים כתוצאה מאוסטיאופורוזיס (לאחר אירוע שבר בצוואר הירך)



המידע המופיע בפרסום זה נועד להשכלה בלבד, ואינו מהווה חוות דעת רפואית ובכל מקרה, אינו תחליף לייעוץ מקצועי רפואי. כל הזכויות שמורות להדסה © 2004. אין לצלם, להעתיק ולעשות כל שימוש מסחרי מבלי לקבל אישור בכתב מאת הדסה.. דף המידע מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד אך הוא מיועד לנשים וגברים כאחד. ניתן לעיין בדפי מידע נוספים של הדסה באתר האינטרנט: www.hadassah.org.il



מטופל נכבד שלום רב!

התאשפזת במחלקתנו בעקבות שבר בצוואר הירך. שבר מסוג זה נפוץ באוכלוסייה המבוגרת וברוב המקרים מהווה עדות לקיומה של מחלת אוסטיאופורוזיס. אוסטיאופורוזיס הינה מחלה שקטה שפוגעת בחוזק ובצפיפות העצם ובשל כך עלולים להופיע שברים מעין אלה שהנך סובל ממנו.

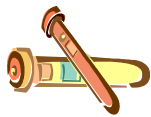


יש דרך למנוע שברים בעתיד.....

חשוב לנו לציין כי יש דרך למנוע שברים כאלה בעתיד וכך למנוע ממך כאבים וסבל מיותרים בהמשך. אם כבר ידוע כי הינך סובל מאוסטיאופורוזיס **חשוב במיוחד** שתקבל טיפול שימנע התדרדרות בחוזק העצמות ושברים בעתיד. המניעה נעשית בין השאר ע"י תרופות מסוג של **פוסאלאן** (אלנדרונאט, alendronate) או **אקטונל** (ריזדרונאט, risedronate) שניטלות פעם ביום או פעם בשבוע.



בדיקות מעקב וטיפול



כחלק מהטיפול, תקבל המלצה לבדיקות דם, אותם יש לבצע לאחר השחרור מביה"ח, בקופת החולים בה הינך מבוטח, על פי הפנייה מרופא המשפחה שלך.



במידה והבדיקות תקינות: נמליץ להתחיל טיפול בתרופות שהוזכרו קודם וסידן על ידי רופא המשפחה.



אם תוצאות הבדיקות אינן תקינות: תקבל טיפול בוויטמין D וסידן ורק לאחר מכן, טיפול נוסף. במקרה זה, ניתן לפנות למרפאה אנדוקרינית בקופת החולים או בבית חולים "הדסה" להמשך טיפול.



פעילות גופנית

פעילות גופנית לחיזוק השרירים ושיפור שיווי המשקל הינה חלק מרכזי בטיפול באוסטיאופורוזיס ובמניעת נפילות חוזרות. יש להמשיך בה גם לאחר סיום הטיפול הפיזיותראפי לשבר צוואר הירך.



הפסקת עישון

עישון מזרז אוסטיאופורוזיס. לכן, חשוב להפסיק לעשן.

אנחנו מקווים שלאור חשיבות הטיפול המונע, תבצע את בדיקות הדם שהומלצו לך בקופ"ח. בהמשך נהיה בקשר אתך ועם הרופא בקהילה, על מנת לעקוב אחרי תוצאות הבדיקות והטיפול.

בברכה

צוות המחלקה האורתופדית
השרות לאנדוקרינולוגיה ומטבוליזם
והמרכז לאיכות ובטיחות

נשמח לעמוד לשירותכם בכל פנייה ושאלה:

❖ ד"ר רבקה פולק (אנדוקרינולוגיה): 02-6776788

❖ ד"ר אריה קנדל (אורתופדיה): 02-5844504

❖ פרופ' מאיר ברזיס (איכות): 02-6777110

עריכה וגרפיקה: לואיס גורדון