REKLAMA

008887848

# Osteoporotyczne złamania kręgosłupa można szybko wyleczyć

## Rozmowa z dr. n. med. Pawłem Radło, ortopedą ze Szpitala Ortopedicum w Krakowie

*dr n. med. Paweł Radło*

**Wiemy, że osteoporoza zwiększa ryzyko złamań. Czy rzeczywiście jedną z najczęstszych lokalizacji złamań osteoporotycznych jest kręgosłup?**
Tak, to najczęstsza lokalizacja. Osteoporoza charakteryzuje się obniżoną gęstością kości, które wraz z upływem lat tracą składniki mineralne. Jakość kości znacząco się obniża. U kobiet proces ten przyspiesza po menopauzie, u mężczyzn po andropauzie. U kobiet też o wiele częściej dochodzi do złamań osteoporotycznych.

**W jakich okolicznościach może dojść do złamania kręgosłupa na skutek osteoporozy? Czy wystarczy niewielki nawet uraz?**
Z jednej strony przyczyną może być oczywiście niewielki uraz, na przykład upadek na pośladki z własnej wysokości, ale z drugiej strony równie częste są samoistnie dokonujące się złamania, to znaczy bez żadnego urazu.

**Czyli podczas codziennych zwykłych życiowych czynności kręgosłup może ulec złamaniu?**
W złamaniach patologicznych, tak zwanych nisko energetycznych, a takimi są złamania osteoporotyczne, uraz nie musi w ogóle wystąpić. Pacjent zaczyna odczuwać ból i nie ma nawet świadomości, że stało się coś złego; to są złamania powolnie postępujące, z dnia na dzień. To wcale nie musi się dokonać nagle. Dopiero narastający, nasilający się ból jest alarmem, że trzeba szukać pomocy lekarza.

**Cierpiący człowiek najpewniej kieruje swe kroki do lekarza POZ.**
Zazwyczaj tak jest. Ból w złamaniu kręgosłupa może promieniować poprzecznie – czyli na przykład w przypadku kręgosłupa lędźwiowego będzie to okolica bioder i podbrzusza. Ten ból, poprzeczny, bardzo zresztą silny, jest charakterystyczny dla złamań patologicznych i uniemożliwia pacjentowi codzienne funkcjonowanie. Leki przeciwbólowe w tych przypadkach działają słabo, chociaż niektórzy chorzy zażywają ich całkiem sporo. Z powodu charakteru bólu konieczne jest wykonanie zdjęcia rentgenowskiego. Wtedy wiadomo już, co się stało.

**I pomóc może wyłącznie ortopeda. W jaki sposób?**
Leczeniem z wyboru, najrozsądniejszym, ponieważ przynosi choremu natychmiastową ulgę, jest wertebroplastyka. To zabieg trwający około 40 minut, gdzie do złamanego kręgu – przezskórnie, pod kontrolą RTG i w znieczuleniu miejscowym – poprzez dwie igły umiejscowione po obu stronach kręgosłupa wprowadzamy cement kostny, czyli syntetyczną żywicę. Cement kostny wiąże złamaną kość w przeciągu 20-30 minut, stabilizując złamanie. I to koniec zabiegu. Pacjent musi poleżeć w szpitalu jeszcze dwie godziny, żeby cement jeszcze lepiej się związał i może pójść do domu. Najdalej na następny dzień nie odczuwa już bólu. Wertebroplastyka to bardzo skuteczna metoda leczenia złamań osteoporotycznych kręgosłupa, która w większości przypadków, wręcz z godziny na godzinę przerywa dolegliwości - pacjent bardzo cierpiący może normalnie funkcjonować. Standardowo takie zabiegi wykonujemy w Ortopedicum. Niestety, nie wszystkich pacjentów możemy temu zabiegowi poddać. Przeciwwskazaniem są na przykład choroby nowotworowe.

**Czy bez leczenia złamany krąg sam się zrośnie?**
Zagoi się, trwa to około pół roku. Czyli przed chorym długie cierpienie; jak wspomniałem, leki przeciwbólowe słabo działają, z tym że z czasem ból staje się rzeczywiście coraz mniej ostry. Niektóre osoby pokładają nadzieję w gorsetach, ale nie mają one udowodnionego działania leczniczego.

**Bez podjęcia leczenia może dojść do deformacji kręgosłupa?**
Oczywiście, brak terapii może spowodować deformację kręgosłupa, tak zwaną kifotyzację. Zapada się wówczas przednia część trzonu kręgowego, a tylna kolumna kręgosłupa pozostaje nienaruszona. W związku z tym pacjent ze złamaniem osteoporotycznym pochyla się do przodu – kręgosłup po prostu zagina się do przodu. A jeśli pochylenie sylwetki do przodu jest większe niż 6 centymetrów, udowodniono, że komfort życia pacjenta ulega istotnemu pogorszeniu.

**Oprócz leczenia złamania osteoporotycznego kręgosłupa, niezbędne jest też wyeliminowanie przyczyny złamania, czyli osteoporozy.**
Takie leczenie jest konieczne, aby nie doszło do kolejnych złamań. Pomocy najlepiej szukać w specjalistycznej poradni leczenia osteoporozy, gdzie można wykonać badanie metodą densytometrii sprawdzające stan kości kręgosłupa i bioder. Wśród stosowanych leków największą rolę odgrywają obecnie kwas ibandronowy i denosumab, ważna jest też substytucja wapnia i witaminy D. Warto też usunąć z domu małe dywaniki, na których łatwo się poślizgnąć, zadbać o to, aby w nocy, wstając do toalety, na naszej drodze nie było żadnych przeszkód, zaświecić małą lampkę itd. Czyli wdrożyć w codzienne życie profilaktykę złamań.

**Rozmawiała Dorota Dejmek**


Ortopedicum

Termin spotkania:
**18 lutego 2019 r.**
**godz. 13.00 – 14.00**

**AKADEMIA PACJENTA Szpitala Ortopedicum**

Wierzymy, że czas poświęcony naszym Pacjentom to wartość, która powraca do nas w postaci ich zaufania, spokoju i radości. Pragnąc dzielić się z Państwem naszym czasem i wiedzą, zapraszamy Państwa na kolejne bezpłatne spotkanie z lekarzem specjalistą ortopedii i traumatologii narządu ruchu **dr. n. med. Pawłem Radło** na temat:

**Osteoporoza – jakie są jej główne powikłania, jak ją diagnozować i leczyć.**

W trakcie spotkania dowiedzą się Państwo:
- czym jest osteoporoza
- jak unikać jej powikłań
- w jaki sposób poprawić komfort życia i wyeliminować ból po złamaniach osteoporotycznych
- oraz czy biały ser i mleko przeciwdziałają osteoporozie

Zgłoszenia i dodatkowe informacje pod nr. **tel. 608 410 614** lub e-mail: **akademia.pacjenta@ortopedicum.pl**
**www.ortopedicum.pl, www.chirurg-kregoslupa.pl**
Miejsce: **Szpital Ortopedicum, ul. Koło Strzelnicy 3, 30-219 Kraków**