

Πληροφόρηση των ηλικιωμένων για την οστεοπόρωση και τα προβλήματα που τη συνοδεύουν

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ:

οστεοπόρωση, πληροφόρηση, ηλικιωμένοι, προβλήματα τρίτης ηλικίας

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

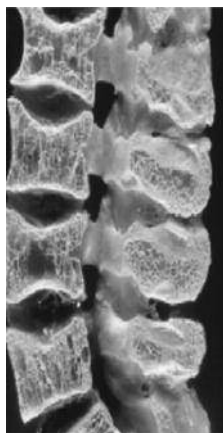
Μολονότι η αύξηση του βιοτικού επιπέδου τα τελευταία χρόνια έχει συντελέσει στην αύξηση της μακροβιότητας των ανθρώπων, δεν είναι επιβεβαιωμένη η πληροφόρηση τους σχετικά με την οστεοπόρωση και τα συνωδά της προβλήματα. Σκοπός της μελέτης είναι η καταγραφή της άποψης των ηλικιωμένων ατόμων σχετικά με την πληροφόρησή τους για την οστεοπόρωση και η συσχέτισή της με το φύλο, το μορφωτικό επίπεδο, την οικογενειακή κατάσταση και την περιοχή διαμονής τους. Χρησιμοποιήθηκε ειδικά διαμορφωμένο ερωτηματολόγιο το οποίο δόθηκε σε 453 άτομα και συλλέχτηκαν 318 απαντημένα ερωτηματολόγια. Τα ευρήματα προσφέρουν πολύτιμα στοιχεία για την πληροφόρηση των ηλικιωμένων σχετικά με την οστεοπόρωση και το πόσο πιστεύουν ότι η ορθή πληροφόρησή τους βελτιώνει την ποιότητα ζωής των ηλικιωμένων.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η οστεοπόρωση χαρακτηρίζεται από χαμηλή οστική μάζα και καταστροφή της μικροαρχιτεκτονικής του οστίτη ιστού (δηλαδή η πυκνότητα και η ποιότητα του οστού μειώνονται), οδηγώντας έτσι σε αυξημένη ευθραυστότητα του οστού, σε αδυναμία του σκελετού και σε αυξημένο κίνδυνο καταγμάτων κυρίως στην σπονδυλική στήλη, στο ισχίο, στον καρπό, στη λεκάνη και στο βραχιόνιο οστό. Η οστεοπόρωση και τα προκαλούμενα από αυτήν κατάγματα, αποτελούν μία πολύ σημαντική αιτία θνητότητας και θνησιμότητας.

Σε πολλούς ασθενείς, η ελάττωση οστικής μάζας είναι σταδιακή και χωρίς έκδηλη συμπτωματολογία, μέχρι το σημείο επιδείνωσης της νόσου με αποτέλεσμα η

Η απώλεια ύψους και η κεκαμμένη θέση της σπονδυλικής στήλης μπορεί να είναι το μοναδικό διαγνωστικό σημείο για τη νόσο



Εικόνα 1. Οστεοπορωτικά κατάγματα σπονδυλικής στήλης

οστεοπόρωση να έχει χαρακτήρα σιωπηλής επιδημίας. Συνήθως η διάγνωση της νόσου γίνεται καθυστερημένα και με αφορμή ένα κατάγμα που παθαίνει ο ασθενής. Η απώλεια ύψους και η κεκαμμένη θέση της σπονδυλικής στήλης (η οποία είναι το αποτέλεσμα πολλών συμπίεστικών καταγμάτων των σπονδύλων) μπορεί να είναι το μοναδικό διαγνωστικό σημείο για τη νόσο (Εικόνα 1).

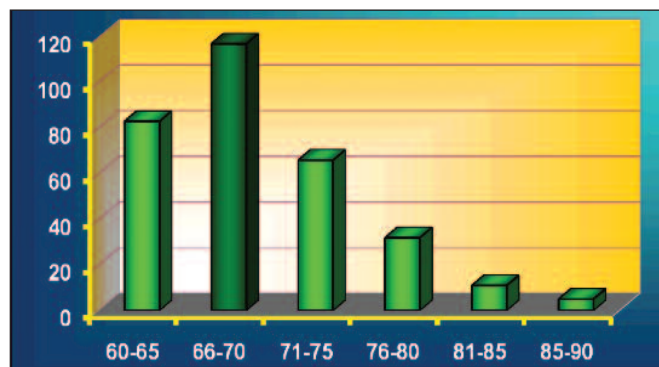
Στο πλαίσιο του Παγκόσμιου Συνεδρίου του Διεθνούς Ιδρύματος Οστεοπόρωσης (IOF World Congress) και του 10ου Ευρωπαϊκού Συνεδρίου για τις Κλινικές και Οικονομικές Πτυχές της Οστεοπόρωσης και

της Οστεοαρθρίτιδας (10th European Congress on Clinical and Economic Aspects of Osteoporosis and Osteoarthritis), ανακοινώθηκαν νέα δεδομένα για την επίπτωση και το κόστος που προκαλείται από τα οστεοπορωτικά κατάγματα σε ολόκληρη την Ευρώπη.

Ο Καθηγητής Serge Ferrari, Καθηγητής Ιατρικής στην Υπηρεσία μεταβολικών Νοσημάτων των Οστών του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου της Γενεύης στην Ελβετία, δήλωσε ότι η οστεοπόρωση αποτελεί σοβαρό πρόβλημα δημόσιας υγείας, το οποίο προβλέπεται να επιδεινωθεί μελλοντικά καθώς ο πληθυσμός γηράσκει. Υπάρχουν πολλές λανθασμένες αντιλήψεις σχετικά με τη νόσο, όπως π.χ. ότι αφορά μόνο γυναίκες μεγάλης ηλικίας. Στην πραγματικότητα η απώλεια οστικής μάζας μπορεί να ξεκινήσει από την ηλικία των 25 ετών.

Παγκοσμίως η πιθανότητα μία γυναίκα να πάθει στη ζωή της κατάγμα λόγω οστεοπόρωσης μεγαλύτερος του 40% με συχνά με έντονες αρνητικές επιδράσεις στην ποιότητα ζωής. Επιπλέον ο επιπολασμός της νόσου αυτής στον ανδρικό πληθυσμό είναι υψηλότερος από αυτό που πιστευόταν, με 1 στους 5 άνδρες να πάσχει από τη νόσο αυτή.¹

Σκοπό της παρούσας μελέτης αποτέλεσε η εκτίμηση της πληροφόρησης, ποιοτικά και ποσοτικά, των ατόμων της τρίτης ηλικίας σχετικά με τα προβλήματά τους και την οστεοπόρωση μέσα από την καταγραφή της άποψής τους, και η συσχέτισή της με το φύλο, το μορφωτικό επίπεδο, τον τόπο διαμονής



Σχήμα 1. Κατανομή ηλικίας

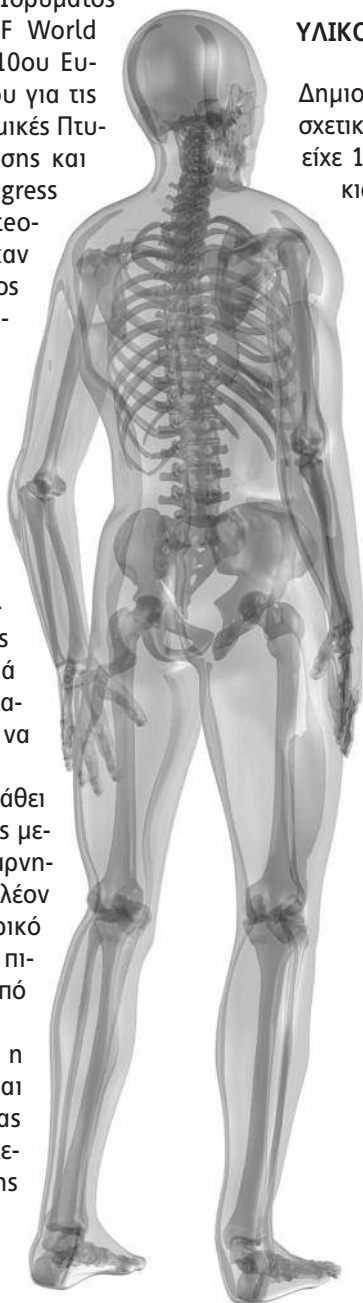
ΥΛΙΚΟ & ΜΕΘΟΔΟΣ

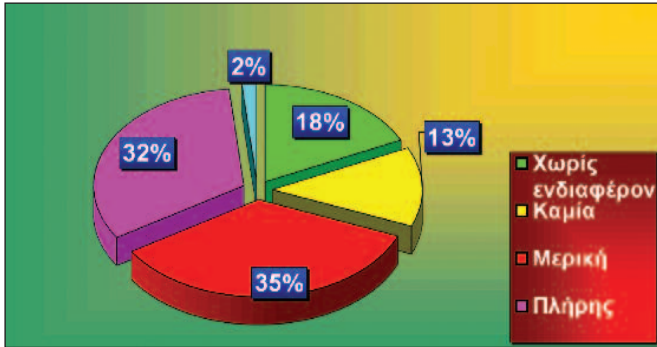
Δημιουργήθηκε ειδικά σχεδιασμένο ερωτηματολόγιο, σχετικά με παραμέτρους της καθημερινότητας που περιείχε 12 κεφάλαια, με καταγραφή της γνώμης των ηλικιωμένων (N=318), σε ΚΑΠΗ (247) και ιδιώτες (71), εκ των οποίων οι 167 ήταν γυναίκες και οι 151 άνδρες. Ο μέσος όρος ηλικίας ήταν 69,7 +/- 5,9 έτη. Το πρωτόκολλο εγκρίθηκε από την επιστημονική επιτροπή του νοσοκομείου ΚΑΤ και διανεμήθηκε σε:

- ΚΑΠΗ Αστικών
- ΚΑΠΗ ημιαστικών κέντρων
- ΚΑΠΗ Επαρχιακών κέντρων
- Τυχαία ηλικιωμένα άτομα κέντρων (Σχήμα 1)

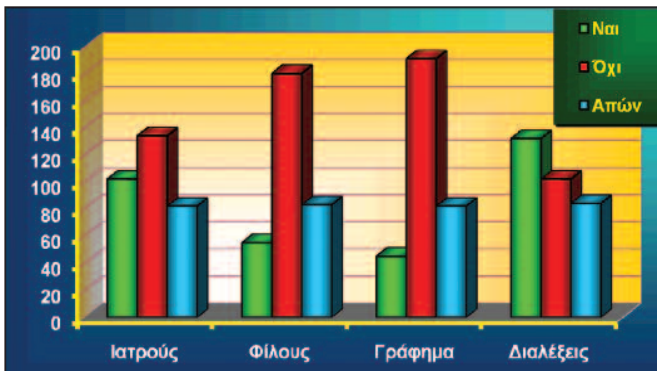
Καταγράφηκαν τα δημογραφικά στοιχεία των ερωτηθέντων, τα παθολογικά προβλήματα υγείας, η φαρμακευτική αγωγή που ελάμβαναν, οι χειρουργικές επεμβάσεις στις οποίες είχαν υποβληθεί καθώς και η άποψη των ηλικιωμένων σχετικά με τα άμεσα κινητικά προβλήματα, τις καθημερινές τους δραστηριότητες, την συναισθηματική, κοινωνική και σεξουαλική τους κατάσταση μαζί με άλλες παραμέτρους.

Παγκοσμίως η πιθανότητα μία γυναίκα να πάθει στη ζωή της κατάγμα λόγω οστεοπόρωσης μεγαλύτερος του 40% με συχνά με έντονες αρνητικές επιδράσεις στην ποιότητα ζωής.

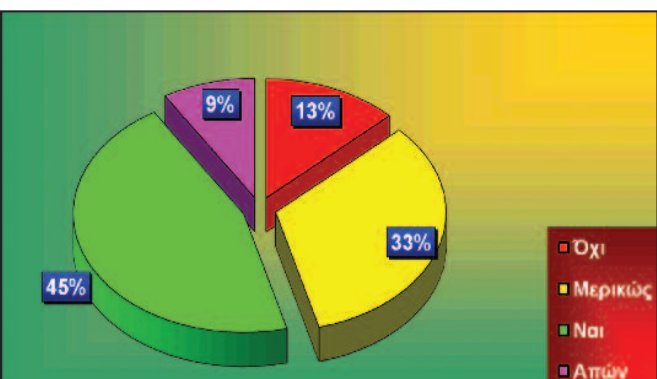




Σχήμα 2. Πληροφόρηση για τα προβλήματα της τρίτης ηλικίας



Σχήμα 3. Προέλευση πληροφόρησης



Σχήμα 4. Η πληροφόρηση θα βελτιώσει την Ποιότητα Ζωής;

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το 33% των ερωτηθέντων δήλωσε πλήρη ενημέρωση σχετικά με την οστεοπόρωση ενώ το 30% μερική. Επίσης το 32% δηλώνει ενημερωμένο σχετικά με τα προβλήματα της τρίτης ηλικίας (Σχήμα 2). Κύρια πηγή της πληροφόρησης τους αναφέρουν τις διαλέξεις από φορείς και τους γιατρούς τους, ενώ ακολουθούν οι φίλοι τους, η τηλεόραση, τα ενημερωτικά φυλλάδια και το ραδιόφωνο (Σχήμα 3). Το 45% των ερωτηθέντων πιστεύει ότι η ορθή πληροφόρηση σχετικά με την οστεοπόρωση και τα προβλήματα που τη συνοδεύουν θα βελτιώσει την ποιότητα ζωής τους (Σχήμα 4).

Η γνώση σχετικά με την οστεοπόρωση και τα προβλήματα της τρίτης ηλικίας σχετίζεται με την οικογενειακή κατάσταση ($p=0.0029$), το μορφωτικό επίπεδο ($p=0.0048$), και τον τόπο διαμονής ($p=0.0001$).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας είναι αρκετά ικανοποιητικά μια που βάσει των αποτελεσμάτων, 3 στους 4 ηλικιωμένους είναι πληροφορημένοι για τα προβλήματα της 3ης ηλικίας και την οστεοπόρωση. Η ενημέρωση ανδρών και γυναικών φαίνεται να είναι σε ίσα ποσοστά καταρρίπτοντας πια το μύθο της παραπληροφόρησης ότι η οστεοπόρωση είναι αποκλειστικά νόσος των γυναικών και η ενημέρωση θα πρέπει λανθασμένα να απευθύνεται προς αυτές.

Κυριότερες πηγές πληροφόρησης αποτελούν η τηλεόραση, ο γιατρός και οι ομιλίες ή τα ενημερωτικά φυλλάδια που διανέμονται στα ΚΑΠΗ. Οι γιατροί θα πρέπει να έχουν πιο ενεργό ρόλο ως έγκυρη πηγή ενημέρωσης.

Η ενημέρωση για την οστεοπόρωση σχετίζεται άμεσα με την οικογενειακή κατάσταση, το μορφωτικό επίπεδο των ηλικιωμένων και τον τόπο διαμονής τους. Από τους ηλικιωμένους με υψηλό μορφωτικό επίπεδο, το μεγαλύτερο ποσοστό έχει πλήρη ενημέρωση σχετικά με την οστεοπόρωση λόγω του μεγαλύτερου αριθμού πηγών πληροφόρησης που μπορούν να αξιολογήσουν. Υπάρχει μεγάλη διαφορά μεταξύ των ηλικιωμένων διαφορετικού μορφωτικού επιπέδου όσον αφορά τη γνώση τους για την οστεοπόρωση. Όσοι ζουν σε μεγάλα αστικά κέντρα και αγροτικές περιοχές είναι οι λιγότερο ενημερωμένοι σχετικά με την οστεοπόρωση. Οι πρώτοι, ίσως λόγω του ελαττωμένου ελεύθερου χρόνου που διαθέτουν με αυξημένες επαγγελματικές υποχρεώσεις και οι δεύτεροι πιθανόν λόγω λιγότερων ευκαιριών πληροφόρησης.

Πρόκληση για το μέλλον αποτελεί η γεφύρωση του χάσματος της ενημέρωσης των ηλικιωμένων για την οστεοπόρωση με καλά δομημένα εκπαιδευτικά προγράμματα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- International Osteoporosis Foundation. "Facts and statistics about osteoporosis and its impact"