



Prevenia a liečba osteoporózy – príspevok ku kvalite života nielen seniorov

Osteoporóza je považovaná v súčasnosti za civilizačné ochorenie s mimoriadnym medicínskym i socioekonomickým rozmerom. Celosvetovo utrpí 1 z 3 žien a 1 z 5 mužov vo veku nad 50 rokov osteoporotickú zlomeninu. V priemere 20 – 25 % žien starších ako 50 rokov má jednu či viac zlomenín chrbtice. Výskyt osteoporotických fraktúr (krčok stehrovej kosti, stavce, predlaktie) vo väčšine krajín neustále narastá a udáva sa, že len v Európskej únii každú sekundu jeden z jej obyvateľov utrpí osteoporotickú zlomeninu. Aktuálne informácie z niektorých krajín poukazujú na fakt, že správna diagnostika a najmä prevencia spolu s efektívnou terapiou vedú tento trend zastaviť. Svetová zdravotnícka organizácia reflektuje problém osteoporózy predĺžením obdobia „Dekády kostí a kĺbov“ o ďalšie roky. Krajiny EÚ vytvorili panel expertov pri Európskom parlamente, ktorý vytvára európsku koncepciu diagnostických a preventívne-terapeutických opatrení. Aktívne sa ho zúčastňujú aj predstavitelia SR.

Situácia v Slovenskej republike je napriek súčasným ekonomickým problémom priaznivá a Slovensko sa radí medzi krajiny s najlepšie rozpracovanou koncepciou starostlivosti o osteoporotických pacientov. Na legislatívnej úrovni sú viaceré Odborné usmernenia Ministerstva zdravotníctva SR (pre diagnostiku a liečbu osteoporózy, pre glukokortikoidmi indukovanú osteoporózu a i vo svete novátorske usmernenie pre pacientov po osteoporotických fraktúrach a na schválenie čaká diagnosticko-terapeutický algoritmus u pacientov s onkologickými ochoreniami). Máme nadpriemerný počet denzitometrických pracovník, ktorých odborná úroveň stúpa, ako i dostupné terapeutické modality na špičkovej úrovni. O kvalite epidemiologických údajov hovorí fakt, že v roku 2012 sa Slovensko zaradilo medzi krajiny, ktoré môžu používať pre krajinu špecifický údaj 10-ročného rizika osteoporotickej zlomeniny – tzv. FRAX.

Preveniou osteoporózy je vhodné sa začať zaoberať nielen u pacientov s prítomnými rizikovými faktormi osteoporózy, ale aj u zdravých žien po menopauze. V rámci opatrení je na začiatku najdôležitejšia prevencia ovplyvniteľných rizikových faktorov (fyzická inaktivita, nedostatočný prívod vápnika v potrave, porucha jeho resorpcie v tráviacom trakte, jeho zvýšené vylučovanie v obličkách, fajčenie, alkohol, užívanie niektorých liekov, ochorenia vedúce k sekundárnej osteoporóze). Cieľom liečby osteoporózy je redukcia rizika vzniku zlomeniny a najmä zlepšenie kvality života pacientov s už preexistujúcou osteoporotickou zlomeninou. Základom prevencie i liečby osteoporózy je dlhodobé podávanie vápnika (1000 – 1200 mg/deň) a vitamínu D (800 – 1000 IU/deň). Indikáciou na liečbu osteoporózy je denzitometricky potvrdená osteoporóza, resp. osteoporotická zlomenina. Základnou modalitou v liečbe osteoporózy sú bisfosfonáty (alendronát, rizedronát, ibandronát, zoledronát), ktoré sa môžu podávať perorálne alebo v injekčnej forme, a taktiež máme k dispozícii rôzne dávkovacie schémy – denné, týždenné, mesačné, polročné a ročné podávanie. Okrem bisfosfonátov sa v liečbe osteoporózy dostupnej aj na Slovensku používajú stroncium ranelát, denosumab a teriparatid (vyhradený pre najťažšie typy osteoporózy). Všetky uvedené lieky v kombinácii s nefarmakologickými zásadami majú mnohými štúdiami dokumentovanú redukciu rizika zlomenín a zvýšenie kostnej hustoty. Pre úspech liečby je však dôležité, aby pacient užíval lieky pravidelne a dlhodobo. Je dokázané, že dlhodobá liečba (> 6 mesiacov) výrazne znižuje riziko zlomeniny a, naopak, slabá adhérenca a spolupráca pacientov znižuje efekt liečby, vedie k zvýšeniu počtu hospitalizácií pre osteoporotické zlomeniny a k zbytočným zmenám terapeutických postupov. Efekt liečby teda záleží nielen od účinnosti, bezpečnosti a tolerability, ale aj od adhérencie (rozsah, v akom pacient predpísaný liek užíva). Často diskutovaná je dĺžka liečby. Na základe posledných odporúčení pacienti s nízkym rizikom majú byť liečení minimálne 5 rokov, po 5 rokoch je nutné prehodnotiť rizikovosť pacienta a následne možno liečbu nechať prerušenú tak dlho, kým je kostná hustota stabilizovaná a nevznikne nová zlomenina. U pacientov s vysokým rizikom by liečba mala trvať 10 rokov.

Osteoporózu je potrebné vnímať ako ochorenie, ktorého správna diagnostika, prevencia a liečba priamo ovplyvňujú nielen redukciu rizika zlomenín, ale najmä kvalitu života i celkovú mortalitu nielen pacientov vo vyšších vekových kategóriách.

prof. MUDr. Juraj Payer, CSc.

predseda Spoločnosti pre osteoporózu a metabolické ochorenia kostí
člen redakčnej rady odborného časopisu VIA PRACTICA
payer@ru.unb.sk

Via Practica

Ročník 9, 2012, číslo 6, vychádza 6-krát ročne

Dátum vydania: december 2012

Vychádza v spolupráci s:

- Slovenská spoločnosť všeobecného praktického lekárstva SLS
- Slovenská asociácia aterosklerózy

Predseda redakčnej rady:

MUDr. Ľuboš Drgoňa, CSc.

Redakčná rada:

doc. MUDr. Viliam Dobiáš, CSc.
MUDr. Ľubomíra Fábryová, PhD.
doc. MUDr. Štefan Farský, CSc., FESC
prof. MUDr. Ján Gajdošík, PhD.
prof. MUDr. Vasil Hricák, PhD., FESC
doc. MUDr. Martin Hrubiško, PhD.
MUDr. Eva Jurgová, PhD.
doc. JUDr. MUDr. Peter Kováč, PhD.
doc. MUDr. Eva Máderová, CSc.
MUDr. Peter Marko, MPH
prof. MUDr. Peter Mitro, PhD.
MUDr. Imrich Mucska
prof. MUDr. Juraj Payer, CSc.
MUDr. Darina Sedláková, MPH
doc. MUDr. Peter Špalek, CSc.
MUDr. Boris Šteňo, PhD.
MUDr. Iveta Vaverková, MPH

Kontrola autodiagnostických testov:

MUDr. Jozef Kalužay, PhD.

Vydavateľ:

SOLEN, s. r. o., IČO 35865211

SOLEN
MEDICAL EDUCATION

Sídlo vydavateľa a adresa redakcie:

SOLEN, s.r.o., Lovinského 16, 811 04 Bratislava
fax.: 02/5465 1384
redakcia@solen.sk, www.solen.sk

Redaktorka časopisu:

Magdaléna Žiaková, 02/5465 1380, 0911 904 599,
ziakova@solen.sk

Grafická úprava, sadzba:

Ján Kopčok, kopcok@solen.sk

Obchodné oddelenie:

Renáta Kajanovičová, 02/54650647
kajanovicova@solen.sk

Predplatné na rok 2013:

Cena predplatného za 6 čísel na rok 2013 je 18 €
Časopis si môžete objednať na www.solen.sk,
e-mailom: predplatne@solen.sk, faxom: 02/ 5465 1384,
tel.: 02/5465 0649.

Všetky publikované články prechádzajú recenziou.

Registrácia MK SR pod číslom EV 3578/09

ISSN 1336-4790

Časopis je indexovaný v Bibliographia Medica Slovaca (BMS).
Citácie sú spracované v CiBaMed.

Citačný index: Via pract.

Vydavateľstvo SOLEN, s.r.o., má výhradné právo na preberanie a publikáciu článkov z časopisov Interná medicína pro praxi a ďalších časopisov vydavateľstva SOLEN, s.r.o., ČR. Akákoľvek časť obsahu alebo článku nesmie byť kopírovaná alebo inak rozmnožovaná s cieľom ďalšieho šírenia akýmkoľvek spôsobom a v akejkoľvek forme bez písomného súhlasu vydavateľstva SOLEN, s.r.o., ako vlastníka autorských práv.

Vydavateľ nenesie zodpovednosť za údaje a názory autorov jednotlivých článkov či inzerátov.