

Osteoporose



Osteoporose er en af de 8 folkesygdomme

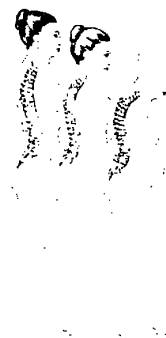


Osteoporose rammer hver 3. kvinde og hver 8. mand over 50 år svarende til mere end 400.000 danskere

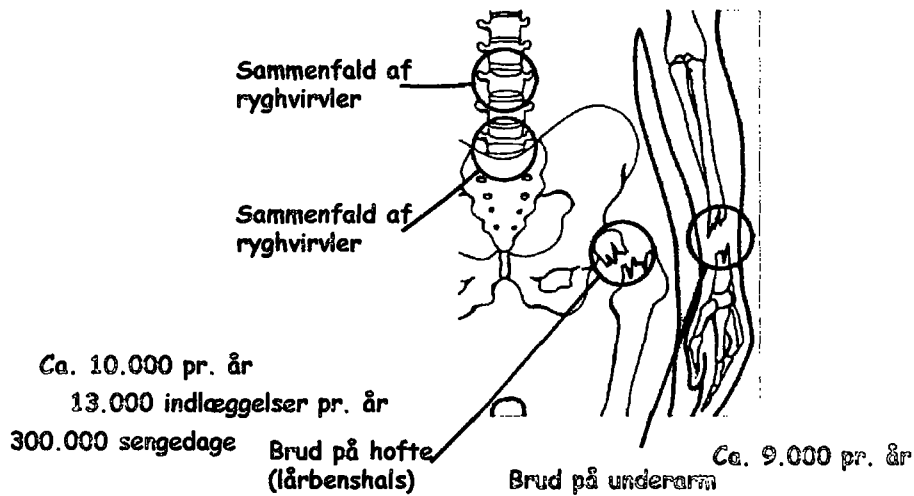
Osteoporose



Osteoporose er en tilstand med nedsat knoglemasse og ferringet knoglestruktur i en sådan grad, at knoglernes styrke er forringet og personen derfor har øget risiko for knoglebrud ved beskedne belastninger



Osteoporotiske brud



Omkostninger for samfundet

- Mere end 1 mia. kr. årligt i direkte sygehusudgifter til behandling af hoftebrud
- Mere end 2,5 mia. kr. årligt i udgifter til genoptræning og hjemmehjælp
- 50 % af tidligere selvhjulpne patienter med hoftebrud bliver afhængige af andre
- 20 % af alle patienter med hoftebrud kommer på plejehjem
- Overdødelighed på 15 % i de første 6 mdr efter et hoftebrud

Risikofaktorer

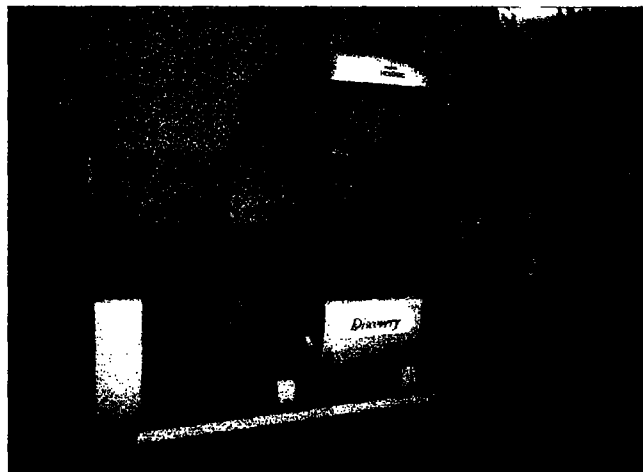
- **Knogleskørhed i familien**
- **Tidligere knoglebrud**
- **Ryging**
- **Stor alkoholindtagelse**
- **Menopause før 45 år**
- **Spinkel kropsbygning (BMI mindre end 19)**
- **Inaktivitet**
- **Behandling med binyrebarkhormon (Prednison®, Prednisolon®)**
- **Faldtendens**

Sygdomme og medicin, der øger risikoen for udvikling af osteoporose

- **Forhøjet stofskifte**
- **Svigtende nyrefunktion**
- **Langvarigt sengeleje eller inaktivitet**
- **Anoreksi eller tarmsygdomme**
- **Ledegigt**
- **Behandling med aromatasehæmmere (behandling mod brystkræft)**
- **En række sjældne stofskifte-, knogle- og blodsygdomme**

Scanning

Bruges til at stille diagnose og kontrollere behandlingseffekt



Forebyggelse

- Sund og alsidig ernæring
- Motion
- Sol (uden solcreme (solfaktor), højst 30 min. dagligt og ikke mellem kl. 12 og 15)
- Moderat alkohol (max. 14/21 genstande/uge)
- Undgå tobak (der findes ingen sikker nedre grænse)
- Undgå store mængder kaffe (øger tab af calcium fra nyrerne)
- Calcium og vitamin D
- Forebygge faldulykker

Behandling

- Som ved forebyggelse
- Medicinsk behandling
 - Bisfosfonater: Fosamax, Optinate, Bonviva, Didronate, Aclasta
 - SERM: Evista
 - Strontium: Protelos
 - Østrogen eller testosteron
 - PTH: Forsteo, Preatact
- Hoftebeskyttere
- Fysio- og ergoterapi
- Osteoporoseskole
- Smertestillende behandling

Patienter med knoglebrud

- Ca. 35.000 danskere over 50 år behandles årligt for knoglebrud på landets skadestuer, halvdelen skyldes osteoporose
- Efter et ryg brud stiger risikoen for endnu et ryg brud med 400-1100%
- Efter et brud på armen stiger risikoen for et hoftebrud med 50-150%

Patienter med knoglebrud

- **Lægemiddelstyrelsen anbefaler undersøgelse for og behandling af evt. eksisterende osteoporose efter knoglebrud**
- **... placeringen af ansvaret herfor er uklar og derfor bliver alt for få patienter undersøgt og behandlet**

Patienter med knoglebrud

- **"Et knoglebrud pga. osteoporose er nok!"**
- **Osteoporoseforeningen foreslår derfor at det indskærpes at den afdeling, der diagnosticerer et knoglebrud også har ansvaret for at patienten undersøges for osteoporose**

Behandling med binyrebarkhormon

- Behandling med binyrebarkhormon gives for bl.a. lungesygdomme, gigtsygdomme, tarmsygdomme og hudsygdomme
- Ca. 50.000 danskere behandles med binyrebarkhormon
- Risikoen for ryg brud tredobles i løbet af de første 3 måneders behandling
- Risikoen for brud på arme og ben stiger med 20% i løbet af de første 6 måneders behandling

Behandling med binyrebarkhormon

- Lægemiddelstyrelsen anbefaler undersøgelse for og forebyggelse ved evt. risiko for udvikling af osteoporose
- ... placeringen af ansvaret herfor er uklar og derfor bliver alt for få patienter undersøgt og behandlet

Behandling med binyrebarkhormon

- **Osteoporose som bivirkning til behandling med binyrebarkhormon kan og bør forebygges**
- **Osteoporoseforeningen foreslår derfor at det indskærpes at den afdeling, der starter behandling med binyrebarkhormon også har ansvaret for at patienten undersøges for risiko for udvikling af osteoporose**

Højere informationsniveau

- **Resultatet af en osteoporoseundersøgelse skal altid ledsages af en tolkning, et resultat og en vejledning vedr. evt. yderligere undersøgelser og valg af behandling, således at den henvisende læge har optimale muligheder for at informere og behandle patienterne korrekt**

Højere informationsniveau

- Sundhedsstyrelsen er ansvarlig for oplysning til borgere og patienter om folkesygdommene, herunder osteoporose
- Information skal være tilgængelig på forskellige niveauer og via forskellige medier, fx pjecer, DVD, internettet

Højere informationsniveau

- Holdbaseret undervisning af patienter med osteoporose udgående fra sygehuse med behandlerteams har vist sig succesfuldt i forhold til
 - Opnåelse af viden om sygdommen
 - Fastholdelse i behandlingsforløb
 - Mestring af en kronisk sygdom