



TERME SELCE

HEALTH & SPORT CENTER

PULISLONIKA TERMS



OSTEOPOROZA
PROGRAM PREVENCIJE
I TERAPIJE



Osteoporozna

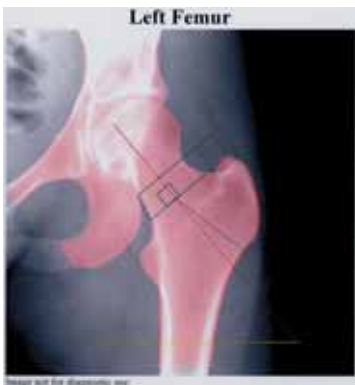
je bolest koštanog tkiva koja nastaje zbog razgradnje kosti i nedostatnog unošenja kalcija u tijelo hranom. Označava porozne ili krhke kosti, koje su izgubile kalcij, koji im daje jakost i čvrstoću. Javlja se kod jedne od tri žena i kod jednog od 12 muškaraca, a prosjek se povećava oko 10% na godinu.



Novo!

Digitalna denzitometrija LEXXOS – DMS

Cilj liječenja je prevencija prijeloma, stabilizacija i povećanje koštane mase, uklanjanje simptoma prijeloma i deformiteta, unapređenje i očuvanje funkcionalne sposobnosti

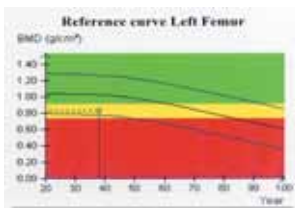


Nalaz gotov za 1,5 sec



Program

- **Pregled**
- **Dijagnostika** (denzitometrija, RTG, BTC)
- **Laboratorij**
- **Medikamentozna terapija** – izbor lijekova: Hormonsko nadomjesno liječenje, Alendronat, Risendronat, Etidronat, Reloksifen, PTH, Kalcitonin, Kalcitriol
- **Fizikalna terapija** – posebni individualni programi



U okviru programa služimo se najsvremenijom digitalnom denzitometrijom LEXXOS DMS s 2D digitalnim radiografskim detektorom za dijagnostiku metaboličkih bolesti koštanog tkiva.

Radiografska dijagnostika traje 1,5 sec, iznimno je malog zračenja, a dobiveni podaci su sveobuhvatni za pojedina područja i za cijelo tijelo.



- **Organizirani program vježbanja**



- **Suplementacija vitaminima i mineralima**
- **Program prevencije pada treće životne dobi**

Osobe s osteoporozom spadaju u skupinu visokog rizika padova i prijeloma koji se mogu smanjiti programom. Program provodimo otkrivajući faktore i unapređujući lokomotorni i opći status.



Prevencija pada uključuje testiranje i vježbanje snage mišića nogu, ravnoteže i hoda.

DENZITOMETRIJA SE PREPORUČUJE U SLUČAJU RIZIČNIH ČIMBENIKA

Nasljedni ili konstitucijski

- ženski spol, gracilna konstitucija
- kasna menarha, prerana menopauza
- prethodni prijelomi
- obiteljska predispozicija
- starija životna dob

Način života

- pušenje, prekomjerno uživanje alkohola, kave
- dugogodišnji niski unos mlijeka i kalcija
- neaktivnost i mirovanje, neizlaganje suncu, ponavljani padovi, nedostatak estrogena, nerotkinje, premala tjelesna težina (BMI < 19)
- izrazito neredoviti ciklusi, rana menopauza
- prekomjerna tjelesna aktivnost (uz amenoreju)

Lijekovi

- prekomjerna/premala doza hormona štitnjače
- dugotrajno liječenje kortikosteroidima (više od 7.5 mg dnevno duže od 6 mjeseci)
- antikoagulansi (heparin), litij, antikonvulzivi
- kemoterapija (ca. dojke ili limfomi), ciklosporin
- agonisti ili antagonisti hormona koji oslobađaju gonadotropine, antacidi (vežu fosfate ili sadrže aluminijske), fenotijazinski derivati, neki diuretici

Neke bolesti s visokim rizikom za osteoporozu

- akromegalija, atrofija nadbubrežnih žlijezda i Addisonova bolest, Cushingova bolest
- ankilozantni spondilitis, reumatoidni artritis
- kronična opstruktivna bolest pluća, sarkoidoza
- idiopatska skolioza, Osteogenesis imperfecta
- gastrektomija, malapsorcijski sindrom
- endometrioza, primarni ili sek. hipogonadizam, amenoreja ili oligomenoreja
- hemokromatoza, hemofilija, limfomi i leukemije
- hiperparatireoidizam, hipofosfatazija
- šećerna bolest ovisna o inzulinu
- multipla skleroza, neurološki poremećaji
- poremećaji probave, parenteralna prehrana
- bolesti jetre (osobito primarna bilijarna ciroza) talasemija, tireotoksikoza, perniciozna anemija

KALCIJ U HRANI (mg u 100gr)

osušeni peršin	1467	začinska paprika slatka	134
sezam	783	orah	129
osušeni celer	645	suncokret sjemenke	116
rogač brašno	279	hren	105
teksturirana soja	270	mliječni proizvodi	100-850
osušeni crveni luk	257	suhe marelice	82
svježi šipak	257	suha leća	79
badem	252	suhi bob	74
peršin	245	suhe pšenične klice	69
pinjoli sušeni	233	koraba korjen	68
lješnjak	226	celer korjen	68
soja obična	225	salata glavatica	65
kelj	212	poriluk	65
zelena soja	197	raž	64
bijeli luk	181	kikiriki i žuti suhi grašak	59
pistacija	138	endivija	54
bučine sjemenke	135	smokva i zobene pahuljice	54

PROGRAMI

Preoperativna rehabilitacija
Postoperativna rehabilitacija
Program bolnih stanja
Reuma i artroza program
Sportski program
Medicinski wellness
Dona-program za žene



Poliklinika Terme

Selce 51266, 1. prilaz I.L. Ribara 8, Hrvatska
Tel.: 051/764-076, 764-055, faks 051/768-310

Podružnica Rijeka

Rijeka 51000, S. Krautzeka 66c, Hrvatska
Tel.: 051/400-420, 400-421, faks 051/400 424

www.termes-selce.com info@termes-selce.hr