

ΟΣΤΕΟΠΟΡΩΤΙΚΑ ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ ΤΗΣ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΣΤΗΛΗΣ

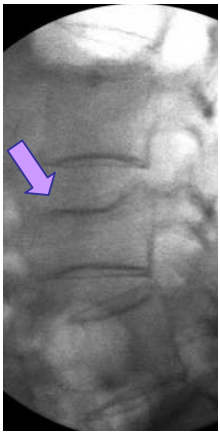
Δρ. Ιωάννης Καρνέζης FRCS(Orth)
Ορθοπαιδικός Χειρουργός, Επισημοτικός Διευθυντής Δικτύου Παθήσεων Σπονδυλικής Στήλης,

Οστεοπορωτικά κατάγματα

Τα κατάγματα σε άτομα που πάσχουν από οστεοπόρωση είναι πολύ συχνά: Ξέρουμε σήμερα ότι **μία στις δύο γυναίκες** και **ένας στους τρεις άνδρες** θα υποστούν τουλάχιστον ένα οστεοπορωτικό κάταγμα στην ζωή τους. Ξέρουμε επίσης ότι άτομα που έχουν υποστεί ένα οστεοπορωτικό κάταγμα έχουν πενταπλάσια πιθανότητα να υποστούν **και άλλο κάταγμα** αργότερα.

Τι πρέπει να γνωρίζετε

Καθώς η καλύτερη θεραπεία είναι η **πρόληψη** όλοι όσοι πάσχουν από οστεοπόρωση θα πρέπει να λαβάνουν επαρκή ποσότητα **Ασβετίου** (τουλάχιστον 1000mg την ημέρα) και **Βιταμίνης D** (400 έως 800 μονάδες την ημέρα), να **ασκούνται συστηματικά**, να αποφεύγουν το **κάπνισμα**, να περιορίσουν τα **αλκοολούχα ποτά** και να υποβάλλονται σε **φαρμακευτική θεραπεία** για την οστεοπόρωση.



Μύθοι

Συχνά θεωρείται ότι τα οστεοπορωτικά κατάγματα της σπονδυλικής στήλης ('καθίζηση' σπονδύλων) καθώς και η κύφωση, η ελάττωση του ύψους του σώματος και ο πόνος στη ράχη που προκαλούν είναι αναπόφευκτα αποτελέσματα της ηλικίας. Αυτό δεν είναι σωστό. Η οστεοπόρωση και κατά συνέπεια τα οστεοπορωτικά κατάγματα της σπονδυλικής στήλης σε μεγάλη ηλικία μπορεί να προληφθεί αν διαγνωσθεί έγκαιρα ενώ σοβαρή οστεοπόρωση με συνέπεια προβλήματα από κατάγματα της σπονδυλικής στήλης μπορεί να συμβεί και σε άτομα όχι και τόσο μεγάλης ηλικίας.

Αλήθειες

Οστεοπορωτικά κατάγματα της σπονδυλικής στήλης μπορεί να συμβούν μετά από ατύχημα (π.χ. πτώση στο σπίτι) αλλά και **χωρίς εμφανές ατύχημα** (π.χ. απλά με το σήκωμα βάρους κατά το καθημερινό νοικοκυριό). Το αποτέλεσμα μπορεί να είναι σοβαρός χρόνιος **πόνος**, προβλήματα στην **κινητικότητα** και στην **ανεξάρτητη διαβίωση**, **δύσπνοια** ή και δυσκολία στον **ύπνο**. Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί ακόμα και να υπάρξει πρόβλημα συμπίεσης νεύρων ή του νωτιαίου μυελού και κίνδυνος παράλυσης.

Ο ρόλος ενός σύγχρονου κέντρου παθήσεων σπονδυλικής στήλης

Αν, δυστυχώς, συμβεί ένα οστεοπορωτικό κάταγμα τότε ο ασθενής θα πρέπει να αντιμετωπιστεί σε ειδικό κέντρο όπου υπάρχει η εμπειρία και οι τεχνικές δυνατότητες για την σωστή διάγνωση και θεραπεία. Είναι σημαντικό να συζητηθούν όλες οι παράμετροι του προβλήματος καθώς και να υπάρξει πρόνοια για **να αρχίσει ο ασθενής θεραπεία για την οστεοπόρωση** του όταν θα έχει αντιμετωπιστεί το κάταγμα του.

Κυφοπλαστική: μία νέα μέθοδος θεραπείας οστεοπορωτικών καταγμάτων

Η 'παραδοσιακή' αντιμετώπιση των καταγμάτων της σπονδυλικής στήλης που προκαλούνται από την οστεοπόρωση είναι η χορήγηση ισχυρών παυσίπονων φαρμάκων, η παραμονή στο κρεβάτι και η εφαρμογή ορθοπαιδικών ζωνών ή 'κηδεμόνων'. Σε εξαιρετικά δύσκολες ή και επικίνδυνες καταστάσεις (π.χ. όταν υπάρχει σοβαρή αστάθεια της σπονδυλικής στήλης ή όταν υπάρχει κίνδυνος παράλυσης) χρειάζεται χειρουργική (νευροχειρουργική/ορθοπαιδική) επέμβαση για να προληφθούν σοβαρά και μόνιμα προβλήματα. Ωστόσο, με τις νεώτερες εξελίξεις, όλο και περισσότερα οστεοπορωτικά κατάγματα της σπονδυλικής στήλης αντιμετωπίζονται με νεώτερες μεθόδους όπως η **Κυφοπλαστική**.



Η Κυφοπλαστική είναι μία **ελάχιστα επεμβατική** χειρουργική μέθοδος για την θεραπεία οστεοπορωτικών καταγμάτων της σπονδυλικής στήλης. Περιλαμβάνει την εισαγωγή (**χωρίς χειρουργική τομή**) μίας ειδικής βελόνας κάτω από αυστηρό συνεχή ακτινογραφικό έλεγχο στην περιοχή του σπονδύλου που έχει υποστεί καθίζηση. Ακολούθως γίνεται (διαμέσου της ίδιας βελόνας) ανύψωση του σπονδύλου με ειδικό 'μπαλλονάκι' και έγχυση ειδικού σκληρυντικού υλικού για **ενίσχυση του σπονδύλου**, με αποτέλεσμα άμεση **ανακούφιση από τον πόνο** και **μόνιμη διατήρηση του σωστού ύψους και σχήματος του σπονδύλου**. Οι περισσότεροι ασθενείς επιστρέφουν στις φυσιολογικές τους καθημερινές δραστηριότητες μετά την επέμβαση αυτή.

Εκατοντάδες χιλιάδων οστεοπορωτικά κατάγματα της σπονδυλικής στήλης έχουν ήδη αντιμετωπιστεί με επιτυχία σε όλον τον κόσμο, συμπεριλαμβανομένης και της Ελλάδας, τα τελευταία χρόνια με αποτέλεσμα τα δυσάρεστα αποτελέσματα ενός ή περισσότερων σπονδύλων με 'καθίζηση' να έχουν προληφθεί.