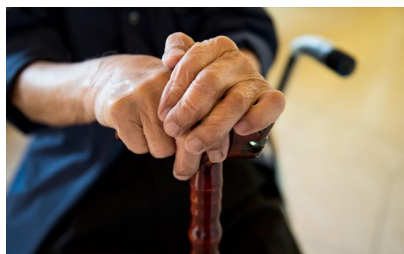


Τα κατάγματα αποτελούν σοβαρό παράγοντα θνησιμότητας για τα άτομα άνω των 65 ετών



Ενώ, τα στοιχεία του Συλλόγου Φυσικοθεραπείας της Αυστραλίας, δείχνουν ότι το 2010 το 13% των ηλικιωμένων άνω των 65 ετών είχαν έστω και μία πτώση, ενώ υπολογίζεται ότι το 2050 το ποσοστό αυτό θα φτάσει το 24%.

□ Στη σοβαρή έκβαση των πτώσεων στους ηλικιωμένους σε συνδυασμό με την εμφάνιση της οστεοπόρωσης εστίασαν οι Αμερικανοί επιστήμονες. Σύμφωνα με τις καταγραφές που έκανε το αμερικανικό "Centers for Disease Control" CDC, μόνο το 2014 σημειώθηκαν πτώσεις σε 29 εκατομμύρια ενήλικες, οι οποίες προκάλεσαν 7 εκατομμύρια τραυματισμούς και κόστισαν στο Εθνικό Σύστημα Υγείας 31 δισεκατομμύρια δολάρια ετησίως.

□ Ενώ τα στοιχεία του Συλλόγου Φυσικοθεραπείας της Αυστραλίας δείχνουν ότι το 2010 το 13% των ηλικιωμένων άνω των 65 ετών είχαν έστω και μία πτώση και υπολογίζεται ότι το 2050 το ποσοστό αυτό θα φτάσει το 24%.

□ Έρευνα που έγινε από τους επιστήμονες του CDC σε 250 ασθενείς ηλικίας 60 ετών και

άνω οι οποίοι νοσηλεύτηκαν λόγω καταγμάτων σχετιζόμενων με τις πτώσεις και σε 250 ηλικιωμένους που, ενώ είχαν πέσει, δεν είχαν κάποιο κάταγμα, έδειξε ότι υπήρχε σημαντικό ποσοστό που απεβίωσε μόλις τον πρώτο χρόνο μετά το κάταγμα.

□ Συγκεκριμένα, τον πρώτο χρόνο το 25,2% των ασθενών με κάταγμα απεβίωσε, συγκριτικά με το 4% που απεβίωσε χωρίς κάταγμα. Στους ασθενείς με κάταγμα τα 2/3 απεβίωσαν στους 3 πρώτους μήνες, ενώ τα άτομα που δεν είχαν κάποιο κάταγμα πέθαναν πολύ αργότερα μέσα στον χρόνο. Επίσης παρατήρησαν ότι, 1 στις 5 πτώσεις προκαλούσε κάποιο κάταγμα ή και χτύπημα στο κεφάλι. Πάνω από 800.000 ασθενείς τον χρόνο νοσηλεύονται λόγω πτώσης, συχνότερα λόγω χτυπήματος στο κεφάλι ή κατάγματος του ισχίου.

□ Συμπληρωματικά παρατηρήθηκε ότι σημαντικές αιτίες θνησιμότητας ήταν και οι καρδιακές παθήσεις, η πνευμονία, η σηψαιμία και η πνευμονική εμβολή, ο διαβήτης και το εγκεφαλικό επεισόδιο.

□ Τέλος, διαπιστώθηκε ότι πάνω από το 95% των καταγμάτων ισχίου προκαλείται από πτώσεις στα πεζοδρόμια.

□ Τι είναι όμως αυτό που αυξάνει τις πτώσεις σύμφωνα με τους επιστήμονες;

□ Η αδυναμία των κάτω άκρων με ή χωρίς πόνο στη βάδιση και ταυτόχρονα δυσκολία ισοροπίας αποτελούν το βασικότερο πρόβλημα, όπως λένε. Επίσης η έλλειψη βιταμίνης D και η χρήση φαρμάκων, όπως ηρεμιστικά, αντικαταθλιπτικά, ακόμη και από ορισμένα μη συνταγογραφούμενα συμβάλλουν σε αυτές. Συμπληρωματικά στους ηλικιωμένους συμβάλλουν και τα προβλήματα όρασης και ακοής.

□ Μεγάλοι κίνδυνοι πτώσης υπάρχουν στο σπίτι λόγω σπασμένων ή ανομοιόμορφων σκαλιών ή ανισόπεδων δαπέδων, ακατάλληλων υποδημάτων, χαλιών ή μοκετών, καθώς και κακής διαρρύθμισης του χώρου.

□ Τέλος, τα προβλήματα στη σπονδυλική στήλη από γεροντική κύφωση, σκολίωση κ.λπ. αποτελούν κίνδυνο για πτώσεις.

□ Οι επιστήμονες ωστόσο, σημειώνουν ότι οι περισσότερες πτώσεις συμβαίνουν από συνδυασμό παραγόντων. Δηλαδή, όσο περισσότερους παράγοντες εμφανίζει ένα άτομο, τόσο πιο πιθανό είναι να πέσει.

□ Όπως μας εξηγεί ο φυσικοθεραπευτής, Γιώργος Η. Γουδέβενος, επιστημονικός συνεργάτης του πανεπιστημίου Κρήτης, οι άνθρωποι της τρίτης ηλικίας συνήθως δεν έχουν μεγάλες μετακινήσεις ή φοβούνται να έχουν και έτσι, παρουσιάζουν δυσκαμψία στις αρθρώσεις, με αποτέλεσμα να έχουν δυσκολία κίνησης. Οι πτώσεις συμβαίνουν λόγω των μεταβολών στην οστική πυκνότητα των οστών, στη φάση της οστεοπενίας και της οστεοπόρωσης. naftemporiki

URL:

<https://goo.gl/CKwPRm>

Keyword: ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ

Date: 2017-12-11, 05:38:27

Source: filiatrabetlog.blogspot.com