

# JAKOŚĆ ŻYCIA U CHORYCH Z OSTEOPOROZĄ

I Środkowo Europejski Kongres Osteoporozy i Osteoartrozy oraz XIII Zjazd Polskiego Towarzystwa Osteoartrologii i Polskiej Fundacji Osteoporozy, Kraków 6-8.10.2005

Streszczenia:

Ortopedia Traumatologia Rehabilitacja 2005, vol 7 (Suppl. 1), s126-128.

**P08**

## **JAKOŚĆ ŻYCIA U CHORYCH Z OSTEOPOROZĄ**

Horst – Sikorska W., Celczyńska – Bajew L., Warmuz – Stangierska I., Dąbrowski S.

Zakład Medycyny Rodzinnej Akademii Medycznej w Poznaniu, ul. Dąbrowskiego 79, 60 – 529 Poznań

e-mail: zmrw2l@amp.edu.pl

Wstęp

Osteoporoza powoduje dolegliwości bólowe, deformacje sylwetki i jest przyczyną złamań kości. Stan ten wpływa na pogorszenie jakości życia osoby dotkniętej chorobą. Celem leczenia osteoporozy jest zapobieganie złamaniom kości, ponieważ to zdarzenie w najbardziej istotny sposób decyduje o dalszym rokowaniu. Założeniem pracy była ocena w jaki sposób choroba wpływa na jakość życia pacjentów.

Cel

Ocena jakości życia pacjentów z osteoporozą

Materiał i metody

Jakość życia oceniano na podstawie ankiety, którą wypełniały pacjentki z Poradni Osteoporozy przy SPSK nr 2 w Poznaniu. Wiek ankietowanych pacjentek wynosił od 55 do 80 lat (średnia wieku 68,5). Kwestionariusz składał się z 5 części,

zawierających 21 pytań. Każda z ankietowanych pacjentek mogła na każde pytanie zaznaczyć więcej niż 1 odpowiedź.

## Wyniki

Spośród wszystkich ankietowanych pacjentek Poradni Osteoporozy 58 % chorowało ponad 5 lat, 30% poniżej 5 lat, pozostałe ponad 1 rok, ale mniej niż 5 lat..

Ból związany z wysiłkiem fizycznym zgłaszało 46% ankietowanych. Występowanie tych dolegliwości przez kilka dni w miesiącu podawało 27%, a przez kilka dni w tygodniu 24%. Środków przeciwbólowych nie stosowało 21% chorych, 21% stosowała je często, a 55 % sporadycznie.

Osteoporoza u 58% pacjentek doprowadziła do zmniejszenia wzrostu, u 49% do widocznych deformacji szkieletu (kręgosłupa). Złamania kości stwierdzano u 30% chorych. Choroba miała wpływ na aktywność życiową pacjentek – utrudniając wykonywanie codziennych czynności: 79 % pacjentek nie jest w stanie robić samodzielnie zakupów, 61% ma problemy z pokonywaniem schodów, ponad połowa (52 %) z szybkim poruszaniem się, 49% odczuwa dolegliwości bólowe, nawet podczas spoczynku.

Osteoporoza wpłynęła na zmianę stylu życia. Ponad połowa ( 52 %) prowadzi oszczędzający tryb życia, 46 % więcej uwagi poświęca zdrowiu, 39 % częściej odwiedza lekarza,

W opinii 61 % pacjentek choroba spowodowała zmniejszenie sprawności fizycznej. Ćwiczenia fizyczne za konieczne dla utrzymania kondycji uznało 52 % badanych, jednak z drugiej strony aż 39 % uważa, że ćwiczenia fizyczne są dla nich ryzykowne. Choroba wpłynęła negatywnie na układy rodzinne tylko u 18% pacjentek.

Chore starają się prowadzić życie towarzyskie(55 %), podróżować ( 55 %), korzystać z rozrywek ( 36%). W badanej grupie zawodowo pracowało 27% pacjentek.

Szczególnego podkreślenia wymaga fakt znacznie obniżonej samooceny i samopoczucia chorych. Pacjentki nie spodziewają się poprawy stanu zdrowia (33%), zgłaszają bezsenność (64%), zmęczenie (61%), przygnębienie (39%), wahania nastroju (36%), lęki (33%).

Wiedza pacjentek na temat choroby była wystarczająca u 39 % chorych, u 36% oceniana jako dostateczna, ale nadal 25% pacjentek uznawało swoją wiedzę za niewystarczającą.

Wśród analizowanej grupy osteoporoza jest postrzegana jako przyczyna niekorzystnych zmian w życiu (66%), a aż 79 % badanych uważa ją za bardzo niebezpieczną.

Za najskuteczniejszą metodę leczenia osteoporozy chore uznają farmakoterapię (52 %), ćwiczenia fizyczne (49 %), dietę (39%) i fizykoterapię (33 %).

#### Wnioski

1. W ocenie pacjentek choroba wpłynęła w znaczący sposób na sprawność ruchową, ograniczając ich aktywność życiową, wywołując zmiany w sylwetce oraz dolegliwości bólowe

2. Choroba wpłynęła niekorzystnie na samopoczucie pacjentek, powodując obniżenie nastroju, bezsenność, zmęczenie

3. Wiedza pacjentek na temat osteoporozy jest wystarczająca, aby zmotywować je do intensywnego leczenia, ale nadal większość z nich preferuje farmakoterapię.

#### **P08**

#### **QUALITY OF LIFE IN WOMEN WITH POSTMENOPAUSAL OSTEOPOROSIS**

Horst – Sikorska W., Celczyńska – Bajew L., Warmuz – Stangierska I., Dąbrowski S.

Department of Family Medicine University of Medical Sciences in Poznań, ul. Dąbrowskiego 79, 60 – 529 Poznań, Poland  
e- mail: zmrw2l@amp.edu.pl

The bone pain, deformation of figure and bone fracture are the main reasons of deterioration of quality of life in osteoporosis. The main aim of osteoporosis treatment is prevention of bone fractures. The influence of osteoporosis on quality of life in postmenopausal women was main research in our study.

#### Aim

Assessment of quality of life in women with postmenopausal osteoporosis

Material and methods:

Quality of life was evaluated by questionnaire, contains 21 multiple – choice questions. The patients' average age was 68,5 year( 55-80 year)

## Results

From among all patients 58% have osteoporosis over 5 years. Appearance of bone pains, during exercises in a few days in the month, was occurred in 46% patients, but only 21% of them didn't take any pain relief drugs. Osteoporosis was the main reason of decreasing of height in 58%, deformation of figure in 49% and bone fracture in 30% of patients. Also in 61% of patients osteoporosis was the cause of decreasing of patient's fitness.

In the opinion of 52% patients exercises were considered to keep physical good shape, but 39% of patients think, that physical exercises are too risky for them. Most of our patients noticed decreasing of self- estimate and mood. 33% of patients don't expect improvement of their health. Many of them suffered from sleeplessness (64%), fatigue (61%), depression (39%) and fears (33%).

Osteoporosis is main reason of changing patient's life style. Over the half of patients(52%) lead spare life style, 46% take their health into consideration, 39% of patients frequently make appointments.

The knowledge about osteoporosis treatment and prevention was enough in 39%of patients, but still 25% of our study group know a little about osteoporosis.

In the opinion of 52% of our patients osteoporosis treatment with drugs is the most effective.

## Conclusions

1. In the patients' opinion osteoporosis limited their life activity, caused changing of figure and bone pains.
2. Disease has influence on patient's self- estimate – is the cause of sleeplessness, fatigue, depression.
3. The patients' knowledge about osteoporosis is enough to motivate them to intensive treatment, but still most of them prefer drugs as a most effective way.