

Bölüm 8

OSTEOPOROZ VE OSTEOPOROZDA BAKIM

Alev YILDIRIM KESKİN¹

Osteoporoz en sık görülen kemik hastalığı olmasının yanında yaşlı nüfusun çok sık karşılaştığı ve kırıklar için majör risk faktörlerinden birisidir^{1,2}. Yaşam süresinin uzaması sonucu osteoporoz nedeni ile oluşan kırıklar önemli bir majör risk faktörüdür^{2,3}.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), 50 yaş ve üzeri kadınların %30'una yakınının osteoporoz (OP) kriterlerini taşıdığı ve bu kadınların çoğununun kırık riski ile karşı karşıya kaldığını bildirmiştir. Aynı yaş grubu erkeklerinde %7.5'inde, her 8 erkekten birinin kırık riski taşıdığı belirtilmiştir⁴. Türkiye'de 2010 yılında yapılan FRAKTÜRK araştırmasında, 50 yaş ve üzerindeki bireylerin %50.0'sinde osteopeni ve %25.0'inde osteoporoz olduğu belirtilmektedir. 50 yaş üzerindeki kadınlarda % 12.9 ve erkeklerde % 7.5 oranında görülmektedir⁵. Osteoporozla bağlı kalça kırıklarının, Türkiye'deki 50-64 yaşlarındaki bireylerde toplam 24.000/yıl olduğu ve bunların %73'ünün 75 yaş üzerindeki kadınlarda olduğu belirtilmiştir. Türkiye'de 2010 yılında tahmini nüfus 75.7 milyon iken, 2035 yılında nüfusun %23.0 artarak 92.9 milyona, 2050 yılında ise 100 milyona ulaşacağı söylenmektedir. Nüfustaki bu tahmini artışın özellikle 85 yaş ve üzerindeki bireylerin sayısında, erkek ve kadınlar için 9 kattan fazla olacağı, 70 yaş ve üzeri olanlarda ise oranının %13.0, 50 yaş ve üzerindekiilerin ise %38.0 oranında artacağı ön görülmektedir⁴.

Amerika'da her yıl osteoporoz nedeniyle sağlık giderlerine yaklaşık 15 milyon dolar harcama yapıldığı ve 1.5 milyon üzerinde osteoporozla bağlı kırık vakalarının olduğu rapor edilmektedir⁶. ABD'de 50 yaş ve üzerinde, yaşamları süresince her 3 beyaz kadından birisinde vertebra, her 6 beyaz kadından birinde ise; kalça kırığı görüldüğü belirtilmektedir. Kalça kırığını takiben her 10 kadından 1'i 1 yıl içinde ölürken, her 4 kadından birinin bakım ihtiyacı olmaktadır. Dünyada 2000 yılında 1.6 milyon kalça kırığı, 1.4 milyon vertebra kırığı olduğu belirtilirken 2050'de kalça kırığı oranının 6.3 milyona ulaşacağı tahmin edilmektedir⁷⁻⁹. Kalça kırıklarının 2010 yılında Türkiye'de 50-64 yaş grubundaki kişilerde 24.000/yıl, bunların %73'ünün 75 yaşından yukarı kadınların oluşturduğu saptanmıştır^{10,11}.

¹ Dr.Öğr. Üyesi, Selçuk Üniversitesi Akşehir Kadir Yallagöz Sağlık Yüksekokulu, alevyildirim@selcuk.edu.tr.

KAYNAKLAR

1. Karadavut Kİ, Başaran A., Çakçı A. Osteoporoz Tedavisinde Vitamin D'nin Yeri, Turkish Journal of Geriatrics, 2002;5(3): 115-122.
2. Runge MS, Greganti MA. (2009). Osteoporoz, Bölüm: 36, Netter İç Hastalıkları. (Çeviri Ed.: Ünal S, Demir M.), Güneş Tıp Kitabevi. 243-250.
3. Tüzün F. Osteoporozun Tanımı, Sınıflandırılması ve Epidemiyolojisi, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Osteoporoz Sempozyumu, İstanbul. Ss: 1999; 9-15. <http://www.ctf.edu.tr/stek/pdfs/12/1201ft.pdf>.Erişim Tarihi:10.02.2020
4. Osteoporoz ve Metabolik Hastalıklar Tanı ve Tedavi Kılavuzu, Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği, 2019, ss:1-79. http://temd.org.tr/admin/uploads/tbl_kilavuz/201905061641252019tbl_kilavuz0f7419cd64.pdf.Erişim Tarihi:11.02.2020.
5. Tuzun S, Eskiuyurt N, Akarırmak U, Sarıdoğan M, Şenocak (Turkish Osteoporosis Society) Incidence of hip fracture and prevalence of osteoporosis in Turkey: the FRACTURK study. Osteoporos Int 2012;23(3):949-55. http://www.temd.org.tr/files/OSTEOPOROZ_web.pdf. Erişim Tarihi: 12.02.2020.
6. Carpenter CJC, Griggs CR, Loscalzo J. (2002). Osteoporoz, Bölüm:76, Cecil Essentials of Medicine Türkçesi. (Çeviri Ed. Çavuşoğlu H.), Nobel Tıp Kitabevi, ss: 654-661.
7. Cooper C, Campion G, Melton LJ. 3rd. Hip fractures in the elderly: a world-wide projection. Osteoporosis Int. 1992 Nov;2(6):285-9.
8. Giversen IM. Time trends of mortality after first hip fractures Osteoporos Int 2007; 18: 721-732.
9. Ariely M, Olson C, Cooper B, et al. Excess mortality following hip fracture: a systematic epidemiological review. Osteoporos Int., 2009; 20:1633-1650.
10. The Middle East & Africa Regional Audit, Epidemiology, costs & burden of osteoporosis in 2011. International Osteoporosis Foundation "IOF" 2011 basımı.. Ş.Tüzün, Ü. Akarırmak. Türkiye verileri: 59- 62. www.iof.bone.health.org. Erişim Tarihi: 12.02.2020.
11. Arasil T. Osteoporoz Epidemiyolojisi ve Türkiye Verileri. Türkiye Klinikleri JPM& R. Special Topics 2009;2(1):1-8.
12. Akdemir N., Birol L. (2011). Metabolik Kemik Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı. İç Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı. Bölüm 2, , Ankara, ss: 667-669.
13. Melton III LJ, Achenbach SJ, Atkinson EJ, et al. Long -term mortality following fractures at different skeletal sites: a population - based cohort study. Osteoporos Int. 2013; 214 (5): 1689-96.
14. Blüch D, Nguyen ND, Milch VE, Nguyen TV, Eisman JA et al Mortality risk associated with low-trauma osteoporotic fracture and subsequent fracture in men and women. JAMA 2009;301:513-521.
15. Stoller KJ., Michota AF, Mandell FB. (2014). Cleveland Klinik İç Hastalıkları, (Çeviri Ed.: Demir MA), İstanbul Tıp Kitabevi, 5. Baskı, ss:541-543.
16. Kadayıfçı A, Karaaslan Y. (1998). İç Hastalıkları El Kitabı. Osteoporoz (Bölüm 7). Hekimler Yayın Birliği, Ankara, ss: 473-476.
17. Eryavuz-Sarıdoğan M. (2005). Osteoporozun Tanımı ve Sınıflandırılması, Ed: Gökçe-Kutsal Y., Osteoporoz, 2. Baskı, Güneş Kitabevi, Ankara, 1-4.
18. Cosman F, de Beur S J, LeBoff M S, et al. Clinician's Guide to Prevention and Treatment of Osteoporosis. Osteoporos Int 2014; 25: 2359-2381.
19. Sahin M., Demirağ NG. Osteoporoz: Tanı ve Tedavide Yenilikler, TOTBİD (Türk Ortopedi ve Travmatoloji Birliği Derneği) Dergisi, 2004; 3: 1-2.
20. Bozbey I, Yalçın AP. Post Menopozal Osteoporoz Tedavisinde Stronsiyum Ranelat, Turk J Rheumatol, 2009; 149-155.
21. Tosun A. Osteoporozda genetik yaklaşım, Aktüel Tıp Dergisi Artrit ve Osteoporoz Özel Sayısı, 2006;11(4): 1-6.
22. Demiroğ A, Güven S, Güven G E.S, et al. Postmenopozal Osteoporozla Yaklaşımında Hormon Tedavisi: Güncel Durum, Turkish Journal of Geriatrics, 2006; 9(3): 192-194.
23. T.C Milli Eğitim Bakanlığı. (2013). Hemşirelik, Kas İskelet Sistemi Hastalıkları ve Bakımı, Ankara, ss: 21-26. http://www.megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller.pdf. Erişim Tarihi:14.02.2020.