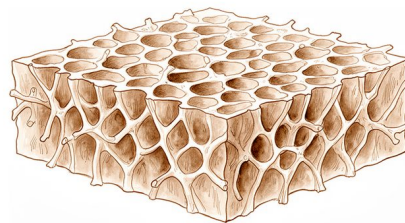


PATIENT INFORMATION

Kalusugan ng Buto at Osteoporosis

Ang buto ay buhay na tisyu; ang internal na honeycomb nito ay nagiging manipis sa pagtanda at sa osteoporosis, na nagpapataas ng panganib ng fracture.

Kieran Hirpara © ⓘ ⓘ 4.0



Ang pahinang ito ay isinalin ng makina at hindi pa nasusuri ng isang doktor. Ang **bersyong Ingles** ang siyang opisyal.

Ano ang nararamdaman mo

Maaaring mapansin mo ang sakit sa iyong balikat na lumalala kapag gumagalaw. Mahirap na umabot sa likod ng iyong likod upang isara ang bra. Ang pagtatakip ng isang kamiseta ay maaari ring maging nakakahiya o nakakairita. Karaniwang lumala ang hindi komportableng pakiramdam sa gabi, na nagpapatigil sa pagtulog sa apektadong gilid. Ito ay karaniwan kahit mayroon kang baba ng mineral density ng buto, na isang senyales ng mahinang mga buto.

Sa kabila ng mga sintomas na ito, maraming pasyente pa rin ang nakakamit ng mahusay na resulta dalawang taon pagkatapos ng arthroscopic rotator cuff repair. Ang prosedurang ito ay gumagamit ng maliit na mga kamera at instrumento upang ayusin ang mga naputol na tendon sa balikat. Ang iyong surgeon ay mag-evaluate ng iyong partikular na sitwasyon upang matukoy ang pinakamainam na paraan. Ang osteoporosis ay hindi dapat humadlang sa iyo na magsagawa ng operasyong ito, dahil ang kabuuang rate ng komplikasyon ay nananatiling mababa. Gayunpaman, ang pagkakaroon ng osteoporosis ay nangangahulugan na ikaw ay nasa mas mataas na panganib para sa mga komplikasyon at reoperations isang hanggang tatlong taon pagkatapos ng repair.

Magkaroon ng kamalayan na ang mga pasyente na may osteoporosis ay maaaring harapin ang mas mataas na pagkakataon ng mga medical issues sa loob ng unang 90 araw pagkatapos ng rotator cuff surgery kumpara sa mga may malusog na mga buto. Mahalagang talakayin ang iyong kalusugan ng buto sa iyong care team.

Mababang rate ng paggamit ng gamot para sa osteoporosis ay nakikita sa mga pasyente na nakaranas ng femoral neck fractures, kahit na ang mga gabay ay nagre-rekomenda ng treatment. Ang pag-aaddress ng iyong bone density ngayon ay makakatulong upang suportahan ang iyong recovery at long-term shoulder function.

Ano ang nangyayari talaga

Ang osteoporosis ay nangangahulugan na ang iyong mga buto ay naging mahina at madaling maputol. Isipin ang malusog na buto na parang isang siksik na honeycomb. Sa osteoporosis, lumalaki ang mga butas sa honeycomb na iyon. Ginagawa nitong mas mabali ang istruktura at mas malamang na maputol. Maaaring hindi mararamdaman ang anumang sakit hanggang sa mangyari ang fracture. Gayunpaman, ang mga mahinang buto ay maaari ring makaapekto sa paggaling ng iyong mga kasu-kasuan pagkatapos ng operasyon.

Halimbawa, kung mayroon kang shoulder surgery, ang osteoporosis ay isang risk factor para sa mga komplikasyon at reoperations sa 1 at 3 taon. Ito ay dahil kailangang sapat na matibay ang buto upang hawakan ang repair sa tamang posisyon. Sa kabila ng risk na ito, hindi dapat ituring ang osteoporosis na dahilan upang iwasan ang arthroscopic rotator cuff repair. Mababa ang kabuuang rates ng komplikasyon. Sa katunayan, ang mga pasyente na may babaang bone density ay maaari pa ring makamit ang mahusay na 2-year outcomes pagkatapos ng prosedurang ito.

Mahalagang malaman na ang osteoporosis ay maaaring magpataas ng iyong risk para sa ibang mga isyu. Ang mga pasyente na may osteoporosis ay maaaring maranasan ang mas mataas na incidence ng mga medical complications sa loob ng 90-day global period kumpara sa mga nonosteoporotic patients pagkatapos ng rotator cuff repair. Ibig sabihin, kailangan mo ng maingat na monitoring sa unang tatlong buwan pagkatapos ng operasyon.

Maaaring gumamit ang iyong surgeon ng mga partikular na teknik upang suportahan ang iyong paggaling. Para sa mga spine procedures, ang continuous bone cement at standardized treatment ay mga guarantee ng magandang clinical outcomes para sa percutaneous vertebroplasty. Ang injected bone cement volume na higit sa 5.5 ml ay maaaring maging guarantee ng magandang clinical outcomes para sa percutaneous vertebroplasty. Ang mga hakbang na ito ay tumutulong na istabilisa ang buto at bawasan ang sakit.

Mayroon ding maraming paraan upang pamahalaan ang kalusugan ng buto. Ang mga natural na tradisyonal na Chinese medicine products ay nagbibigay ng teoretikal at eksperimental na batayan para sa pagpapaunlad ng mga bagong gamot at pagpapabuti ng pamamahala ng osteoporosis. Ang acupuncture ay nagpapakita ng nakaka-engganyong efficacy sa pagpapabuti ng mga sintomas ng primary osteoporosis bilang isang physical intervention sa clinical practice. Bukod dito, ang pag-optimize ng timing ng pagbibigay ng teriparatide ay maaaring gabayan ang mga personalized na dosing strategies upang palakasin ang bone formation at bawasan ang risk ng fracture sa osteoporosis.

Ang iyong care team ay nagtatrabaho upang panatilihin matibay ang iyong mga buto. Ang isang bone density-based aging model ay maaaring magpasimple at suportahan ang pagpapaunlad ng mga precision medicine strategies sa osteoporosis prevention at management. Tumutulong ito upang i-tailor ang iyong treatment sa iyong mga partikular na pangangailangan. Ang sequential anabolic-to-anti-resorptive therapy ay maaaring magbigay-daan sa mga treatment guidelines para sa mga high-risk postmenopausal populations. Layunin ng mga pamamaraang ito na bumuo ng bagong buto at pigilan itong mabilis na mabasag.

Ano ang inaasahan

Ang iyong prognosis ay nakadepende sa malaking bahagi sa kung gaano ka-aktibo ang iyong pagpapamahala ng kalusugan ng buto kasama ang iyong doktor. Ang osteoporosis ay isang kondisyon kung saan ang mga buto ay nagiging mahina at madaling maputol. Sa pamamagitan ng makabagong pag-aalaga, hindi ito isang parusa sa hindi maiiwasang pagbaba. Ang mga bagong paraan, tulad ng paggamit ng mga scan ng densidad ng buto upang i-customize ang iyong paggamot, ay tumutulong sa iyong doktor na lumikha ng plano na para lamang sa iyo. Ang personalisadong estratehiyang ito ay naglalayong palakasin ang iyong mga buto at bawasan ang iyong risk ng pagkabali.

Kung tatanggapin mo ang paggamot, ang layunin ay muling magtayo ng lakas. Maaaring irekomenda ng iyong doktor ang mga partikular na gamot o terapiya na nagpapalago ng bagong buto. May ilang pasyente rin ang nakakahanap ng ginhawa sa pamamagitan ng mga pisikal na interbensyon tulad ng acupuncture, na maaaring tumulong upang bawasan ang sakit at mapabuti ang pang-araw-araw na kaginhawaan. Ang susi ay ang konsistensya. Kapag ang paggamot ay maayos na pinamamahalaan—tulad ng paggamit ng tamang dami ng bone cement para sa mga spinal na prosedura—maaari kang mag-expect ng matatag at positibong resulta na sumusuporta sa iyong mobility at kalidad ng buhay.

Kung hindi pamahalaan ang osteoporosis, ang mga risk ay malaki ang pagtaas. Ang mga mahinang buto ay mas madaling makaranas ng fractures, na maaaring magdulot ng seryosong komplikasyon. Halimbawa, ang mga pasyente na may osteoporosis ay madalas na nakaharap sa mas mataas na tsansa ng mga medical na isyu sa loob ng tatlong buwan pagkatapos ng ibang mga operasyon, tulad ng rotator cuff repair. Gayunpaman, ang pagkakaroon ng osteoporosis ay hindi nangangahulugan na hindi ka makakapagkaroon ng operasyon. Maraming pasyente pa rin ang nakakamit ng mahusay na resulta dalawang taon pagkatapos ng mga operasyon tulad ng rotator cuff repair, kahit na may mas mababang densidad ng buto. Ang pangunahing aral ay ang osteoporosis ay isang risk factor, hindi hadlang. Ito ay nangangailangan ng maingat na pag-iingat upang maiwasan ang mga komplikasyon at reoperations sa isang at tatlong taon pagkatapos ng operasyon.

Ang paggaling ay magkaiba-iba sa bawat isa. May mga araw na mas madali kaysa sa iba. Ang daan papunta ay kinakailangan ng malapitang pagmamasid sa iyong kalusugan ng buto at pagsunod sa iyong plano ng paggamot. Sa pamamagitan ng pagiging proactive, ibinibigay mo sa sarili mo ang pinakamataas na tsansa upang mapanatili ang lakas at kalayaan. Ang iyong doktor ang gabay sa iyo sa bawat hakbang, tinitiyak na ang iyong pag-aalaga ay magbubago ayon sa pagbabago ng iyong mga pangangailangan.