

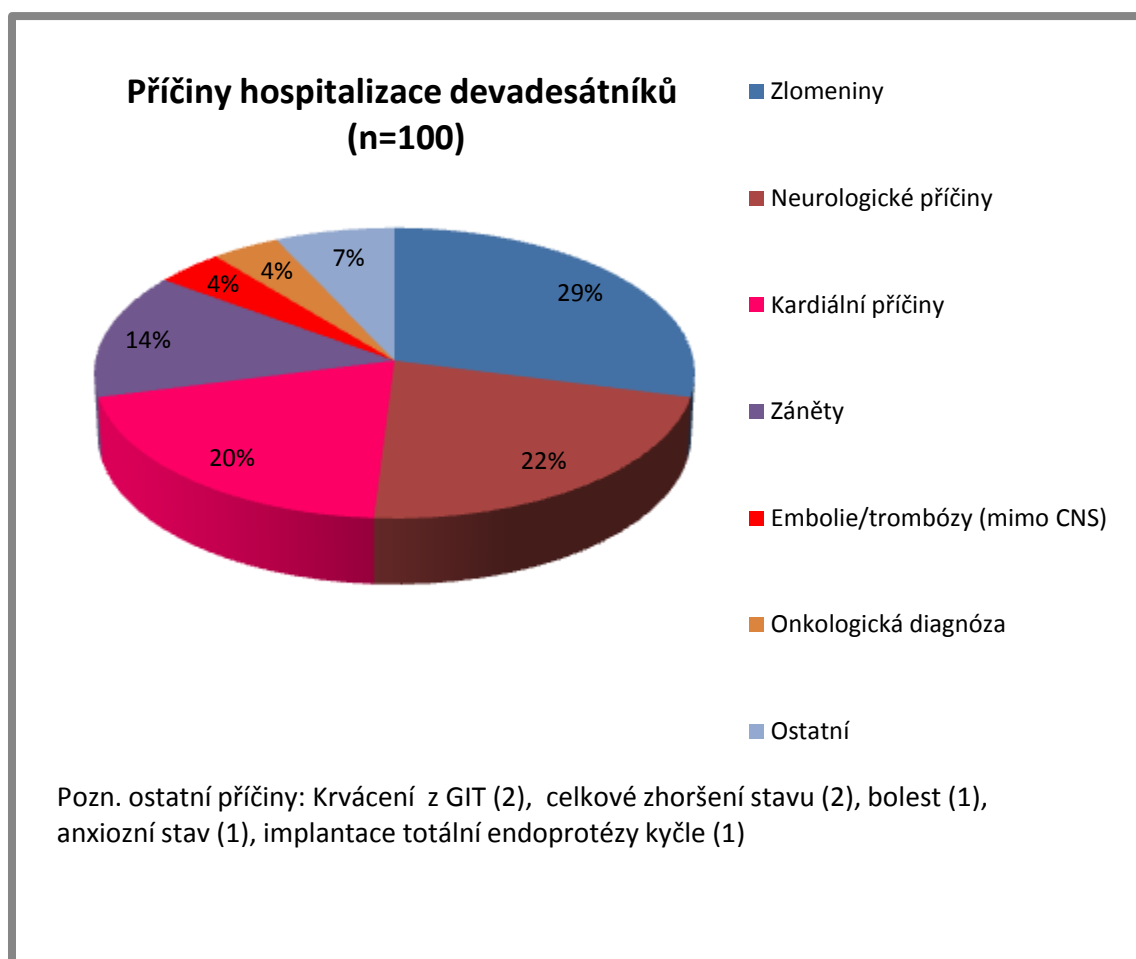
Zlomeniny devadesátníků

Autor: Petr Kučera, **Školitel:** MUDr. Iveta Poljaková, PhD.

Výskyt

Demografický vývoj populace evropské populace spěje k výraznému vzestupu věku dožití. Každá etapa života se prodlužuje. Chodíme déle do školy, do práce, máme děti v pozdějším věku. Díky důrazu na prevenci nemocí se často dostávají lidé poprvé do nemocnice až po osmdesátce. V této práci jsem sledoval výskyt zlomenin u pacientů hospitalizovaných ve vysokém věku okolo devadesáti let. V našem souboru čítajícím 100 pacientů byly hlavním důvodem příchodu do nemocnice právě zlomeniny a to ve 29 %. Jednalo se hlavně o zlomeniny krčku kosti stehenní.

Graf 1 Příčiny hospitalizace devadesátníků



Zdroj: Vlastní zpracování

Etiologie

Nejčastější příčinou zlomenin ve vysokém věku jsou pády. Důvodem, proč se kosti ve starším věku více lámou, bývá často řidnutí kostí (osteoporóza), ale někdy i nedostatek vitamínu D a jiných složek výživy. Dalším faktorem je nedostatek pohybu a to už od mládí, nejen v důchodu. Kost se může formovat a posilovat zátěží a té s přibývajícím věkem, nejen člověka, ale i civilizace, docela ubývá. Nelze opomenout řadu léků, které se na řidnutí kostí mohou podílet. V neposlední řadě jsou reakce starších lidí pomalejší, častěji trpívají závratěmi z nedokrvění mozku, proto častěji padají a dochází u nich k úrazům.

Hlavní příznaky

V důsledku křehkosti kostí se pacienti dostávají po pádu do nemocnice s velkou bolestí a nemožností pohybu. Končetina bývá zkrácená, někdy v nepřírozené poloze. Co se týče zlomenin žeber či obratlů, tak ty proběhnou nepozorovaně a přijde se na ně náhodně až po delší době. V našem souboru 100 pacientů ve věku 85 – 100 let (věkový průměr 88,46) jsem sledoval znaky, které charakterizují devadesátníky, hospitalizované pro zlomeniny, což bylo celkově 29 pacientů (viz graf číslo 1). Zajímalo mne, zda je nějaká souvislost mezi výskytem chudokrevnosti a lámavosti kostí. Ta se nepotvrdila. Zrovna tak se nepotvrdilo, že by pacienti trpící nějakou formou cukrovky měli v tomto věku vyšší procento zlomenin. Naopak, devadesátníci, kteří se dostali do nemocnice „jen“ z důvodu zlomeniny, patřili celkově k těm zdravějším, zřejmě aktivnějším, mezi hospitalizovanými devadesátníky. Ve většině případů měli normální nebo i zvýšenou váhu, menší výskyt depresí a vyšší hodnocení v testu mentálních schopností. V této skupině byl také větší výskyt normálního srdečního rytmu, bez srdečních arytmií.

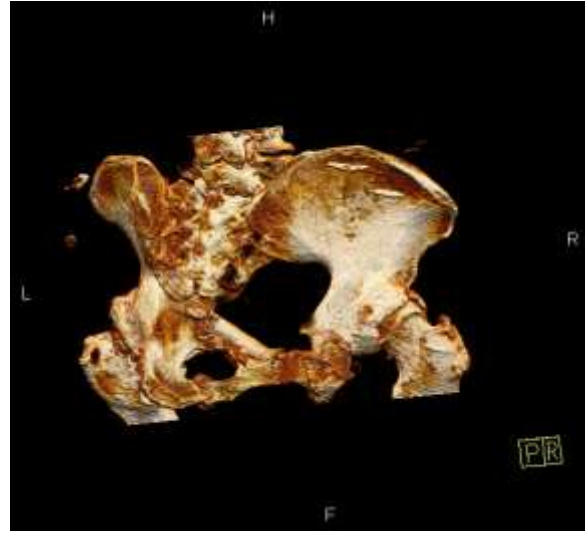
Vyšetření

K vyšetření stavu kostí se využívají zobrazovací metody, zejména klasický rentgen (viz obrázek č. 1). K dalším patří CT (viz obrázek č. 2) a také denzitometrie, což je také metoda rentgenovém podkladě, která dovede zkoumat vnitřní stavbu kosti a zjistit stupeň prořidnutí kosti.

Obrázek č.1 Rentgen - zlomenina kosti pažní.



Obrázek č.2 CT 3D snímek zlomeniny kosti stydké ve výrazně prořídle kosti (prořídla kost oranžovou barvou).



Zdroj Obr. 1,2: S laskavým svolením z archivu prim. MUDr. J. Vašíčkové, Jesenická nemocnice

Léčba

I ve vysokém věku se provádí operativní léčba zlomenin – využívá se metod osteosyntézy, kdy kost podpoříme šrouby a hřeby, nebo aloplastika, při které se použijí náhrady celé části kosti. V indikovaných případech se volí léčba konzervativní (zlomeniny ve vhodném postavení, zlomeniny obratlů nezasahující do páteřního kanálu, atd.). Po operaci bohužel není ještě vyhráno. Pacient musí být aktivně rehabilitován.

Komplikace

Pokud operace proběhne v pořádku je pacient dlouho dobu v pohybu a soběstačnosti omezen. Snahou zdravotníků je snaha o brzkou rehabilitaci, aby se předešlo komplikacím, což mohou být různé záněty, ucpávání cév, proleženiny a vznik paskloubu.

Praktické rady pro pacienta

Jak předcházet zlomeninám ve vysokém věku? Kvalitní a pestrá strava – je třeba vitamínů, minerálů a živin! Dále pohyb v upraveném prostředí - klidné procházky po rovném terénu, případně s oporou, vhodné umístění a užívání úchytek a madel, vyloučení překážek, také pobyt venku na slunci, i když s

mírou, kvůli vitamínu D. Důležitá je přiměřenost pohybu, která je však individuální - a radost z něj, viz obrázek č. 3.

Obr.3 93letý veterán 2. světové války Jim Martin opět přistává po 70 letech na pláži v Normandii.



Zdroj: <http://i.huffpost.com/gen/1838038/thumbs/o-JIM-MARTIN-570.jpg?6>, cit. 5.4.2015

Seznam použité literatury

1. WILLIAMS, Lana. Depression following fracture in women: A study of age-matched cohorts. *BMJ Open*. [online]. 21.2. 2014 [cit. 5.4.2015] Dostupné z: <http://bmjopen.bmj.com/content/4/2/e004226.full>
2. DHARARADJAN, T.S. Mild Anemia and the Risk of Falls in Older Adults From Nursing Homes and the Community. *Journal of the American Medical Directors Association*, 395-400. [online]. 2004 [cit. 5.4.2015] Dostupné z: [http://www.jamda.com/article/S1525-8610\(04\)70008-0/fulltext](http://www.jamda.com/article/S1525-8610(04)70008-0/fulltext)
3. HEINISH, Renate. Active Ageing/Horizon 2020. *European Economic and Social Committee*. [online]. 23.3.2012 [cit. 5.4.2015] Dostupné z: <http://www.eesc.europa.eu/?i=portal.en.int-opinions.19621>
4. JENNINGS, A. G., & DE BOER, P. Should we operate on nonagenarians with hip fractures? *International Journal of the Care of the Injured*, 169-172 [online]. 24.11.1998 [cit. 5.4.2015] Dostupné z: [http://www.injuryjournal.com/article/S0020-1383\(98\)00249-6/abstract](http://www.injuryjournal.com/article/S0020-1383(98)00249-6/abstract)