

از آزمایش‌های بدو تولد تا آزمایش‌های دوران سالمندی

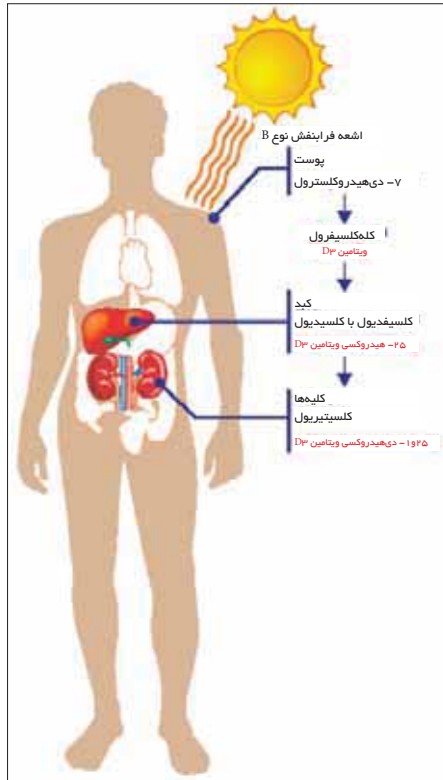
۴ غربالگری مهم در رشته ارتوپدی

ناشی از پوکی استخوان اختصاص داده شده است. متأسفانه در جامعه ما پوکی استخوان شدت و شیوع بیشتری دارد. نداشتن تغذیه مناسب، تحرک فیزیکی ناکافی و عدم دریافت مرتب کلسیم و ویتامین D در طول زندگی به خصوص در خانم‌ها باعث شده آمار مبتلایان به پوکی استخوان در کشور ما زیاد باشد. بیشترین تراکم استخوان در هر فرد بین سنین ۳۰ تا ۴۰ سالگی به دست می‌آید. البته زن نقش مهمی در میزان تراکم استخوان دارد ولی ورزش، تغذیه خوب و نکشیدن سیگار باعث می‌شود میزان تراکم استخوان بالاتر برود. پوکی استخوان در صورتی که به شکستگی منتهی شود، سطح کیفیت زندگی را به شدت کاهش می‌دهد، بنابراین لزوم غربالگری از این نظر بسیار مهم است. خانم‌ها در طول و حوش پانسیک‌یادده چهارم و پنجم زندگی در معرض خطرند. در این زمان میزان پوکی استخوان در بیشترین حد است. توصیه می‌شود خانم‌ها بین سنین ۵۰-۴۵ و مردان بعد از ۶۰ سالگی از نظر پوکی استخوان بررسی شوند. غربالگری پوکی استخوان به ۲ شکل انجام می‌شود. آزمایش خون که سطح ویتامین D اندازه‌گیری می‌شود و آزمایش‌های هورمونی که عامل ثانوی (مشکلات کلیوی، تیروئید و دیابت) پوکی استخوان را بررسی می‌کند. آزمایش بعدی تست سنسجس تراکم استخوان است. در این سنسجس میزان تراکم استخوان‌های ستون مهره، استخوان گردن، ران و استخوان میج دست اندازه‌گیری می‌شود. بر اساس تعریف استاندارد، میزان تراکم به انواع طبیعی، کاهش تراکم و پوکی تقسیم‌بندی می‌شود. درمان برای کاهش تراکم و پوکی آغاز می‌شود. درمان بیماران طولانی است و معمولاً ۲ سال طول می‌کشد. بعد از ۲ سال به سنسجس دوباره تراکم استخوان نیاز داریم. داروها می‌توانند تا ۱۰ درصد به میزان تراکم استخوان اضافه کنند و خطر شکستگی را کاهش دهند زیرا دارو سفتی استخوان را زیاد می‌کند.

غربالگری مجموعه اقدام‌هایی است که برای تشخیص زودهنگام بیماری انجام می‌شود. در حیطه ارتوپدی نیز چند غربالگری مهم انجام می‌شود تا بتوان قبل از ایجاد عوارض جدی برای فرد بیماری را شناسایی و برای کنترل و درمان آن اقدام کرد.

بیشتر افرادی که ویتامین D₃ استفاده نکرده‌اند، کمبود ویتامین D₃ زیادی دارند. گرچه هنوز غربالگری از نظر ویتامین D₃ انجام نشده است ولی از تولیدها سعی می‌کنند بیشتر مراجعان به کلینیک‌ها و مطب‌ها را از نظر میزان وجود این ویتامین مورد سنسجس قرار دهند. توصیه می‌شود همه ایرانی‌ها بعد از ۴۰ سالگی آزمایش ویتامین D₃ را انجام دهند و بعد از تعیین سطح آن ابتدا کمبودش درمان شود سپس هر فرد به‌طور روزانه دوز مورد نیازش را دریافت کند. البته بدون آزمایش نیز هر فرد می‌تواند حداقل ۱۰۰۰ تا ۱۵۰۰ واحد در روز قرص ویتامین D₃ مصرف کند. نیاز به ویتامین D₃ در خانم‌های باردار، شیرده و افرادی که بیمار هستند، بیشتر و بهتر است پزشک آن را مشخص کند. قرص‌های ۵۰ هزار واحدی‌ای هم هستند که می‌توان هر ۱ ماه یا هر ۱/۵ ماه یکبار مصرف شوند. آمپول‌های ویتامین D₃ نیز وجود دارد. خوشبختانه ویتامین D در بدن ذخیره می‌شود ولی مصرف زیاد آن می‌تواند مسمومیت ایجاد کند. نیاز به ویتامین D₃ برای همه حتی کودکان ضروری است. البته برای کودکان، پزشک یا بهداشت منطقه ویتامین D₃ تجویز می‌کند. در سنین رشد دوز بالاتر است و ممکن است ۲۰۰۰ تا ۲۵۰۰ واحد تجویز شود.

۴) غربالگری سالمندان
مشکل عمده جوامع امروزی پوکی استخوان در سالمندان است. بخش عمده‌ای از کار متخصصان ارتوپدی به درمان شکستگی‌های



دورف کشاله ران قرینه باشد. حرکات دو پا به یک میزان باشد و کورتاهی و بلندی ظاهری در باها وجود نداشته باشد.

۲) غربالگری اختصاصی
در بعضی از بیماری‌های ارتوپدی سابقه فامیلی مطرح است. مثلاً وقتی در رفتگی لگن در کودکی وجود دارد، لازم است فرزندان دیگر هم سونوگرافی شوند. در بعضی از افراد نیز اختلالات سیستم عضلانی- اسکلتی وجود دارد. این خانم‌ها به مشاوره ژنتیک نیاز دارند. در مشاوره ژنتیک میزان احتمال خطر تولد کودک با این بیماری به والدین اطلاع داده می‌شود. در مورد غربالگری سرطان‌های استخوان باید گفت بیشتر از ۵۰ نوع سرطان استخوان وجود دارد و در همه آنها نقش ژن مطرح نیست ولی سرطان‌های خاصی هستند که چند نقطه از بدن را درگیر می‌کنند و زمینه ژنتیکی دارند. در این مواقع می‌توان فرزندان یا بستگان بیمار را سالانه غربالگری کرد تا در صورت دیده شدن علامت درمان به سرعت آغاز شود.

۳) غربالگری ویتامین D₃
مشکل مهم دیگری که در ایرانی‌ها وجود دارد، کمبود ویتامین D₃ است. معمولاً در رژیم غذایی مردم شهرها بزرگ و دور از دریا غذاهای دریایی سرشار از ویتامین D وجود ندارد. مردم ما اغلب لباس‌های آستین‌بند می‌پوشند که مانع تماس نور آفتاب با پوست می‌شود. همچنین آلودگی هوا مانع رسیدن اشعه UV به سطح پوست می‌شود که برای ساخته شدن ویتامین D لازم است. وقتی ویتامین D₃ بدن کم است، متابولیسم کلسیم نیز به سختی انجام می‌گیرد و بدن برای جبران کمبود ویتامین D از ذخیره کلسیمی استخوان‌ها کمک می‌گیرد که نهایتاً باعث ضعف استخوان‌ها می‌شود. تحقیقات زیادی روی ایرانی‌ها انجام شده و متأسفانه

دکتر کاوه فرنی‌زاده
فوق تخصص جراحی لگن و مفصل ران عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

غربالگری مجموعه اقدام‌هایی است که برای تشخیص زودهنگام بیماری انجام می‌شود. در حیطه ارتوپدی نیز چند غربالگری مهم انجام می‌شود تا بتوان قبل از ایجاد عوارض جدی برای فرد بیماری را شناسایی و برای کنترل و درمان آن اقدام کرد.

۱) غربالگری نوزادان
خوشبختانه در کشور ما و کشورهای پیشرفته بیشتر زایمان‌ها در بیمارستان‌ها انجام می‌شود، بنابراین متخصصان به‌آسانی به نوزادان دسترسی دارند و می‌توانند بسیاری از بیماری‌های نوزادان از جمله در رفتگی مادرزادی لگن را از همان بدو تولد به موقع تشخیص دهند تا درمان آغاز شود. این ناهنجاری مادرزادی در کشور ما شیوع زیادی دارد و غربالگری باعث شده تعداد کودکان با این ناهنجاری خیلی کمتر شود. در کشورهای اسکانندیناوی همه نوزادان سونوگرافی می‌شوند ولی این غربالگری به دلیل هزینه بالای آن مورد قبول همه کشورهای دنیا نیست و احتمال خطای تشخیصی و اقدامات بی‌مورد نیز وجود دارد. در کشور ما نوزاد زمانی سونوگرافی می‌شود که پزشک متخصص ارتوپد به وجود در رفتگی شک کند. اگر در رفتگی از همان روزهای اول مشخص شود، درمان بسیار آسان و بی‌هزینه است و نیازی به جراحی نیست. حتماً باید قبل از ۳ تا ۶ ماهگی کودک برای در رفتگی او اقدام کرد زیرا بعد از این زمان در رفتگی حالت ثابت پیدا می‌کند و جابجایی آن مشکل‌تر می‌شود و برای درمان نیاز به اقدام جراحی است. تاخیر در زمان درمان باعث می‌شود کودک دچار لگن، کوتاه و بلندی پا، درد، انحراف ستون فقرات و زانو شود. همه مادران باید هنگام پوشک کردن کودک دقت کنند تا چنین‌های

کدیمال®

اکسترا

درکبیت‌آ

- استامینوفن ۵۰۰ میلی‌گرم
- کافئین ۶۵ میلی‌گرم

زمان شروع اثر استامینوفن در تسکین درد حداقل ۶۰ دقیقه می‌باشد.
کدیمال اکسترا این زمان را به ۳۰ دقیقه کاهش می‌دهد.

موارد مصرف:

- برطرف نمودن سردردهای تنشی و میگرنی
- تسکین دردهای عضلانی
- از بین بردن تب و درد ناشی از سرماخوردگی و سینوزیت
- تسکین درد آرتروز، کمر درد، دندان درد و دردهای فلجی

مقدار و نحوه مصرف:
بزرگسالان: ۱ قرص هر ۴ تا ۶ ساعت

کدیمال اکسترا

قوی‌تر از درد

1. Schmitt, 1989, JGIM 183-191.
2. Drug Facts and Comparisons, 2011 ed. St. Louis, MO: Wolters Kluwer Health, Inc; 2011. p 1323-1325.

شرکت تولید و پخش داروهای تخصصی
 شهر ۱۳۷۳