

ราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย

ร่วมจัดงาน ให้ความรู้ ลดความเสี่ยง การเกิดกระดูก

หักซ้ำในผู้สูงอายุ เนื่องในวันกระดูกพรุนโลก ปี 61



ราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย ร่วมจัดงาน ให้ความรู้ ลดความเสี่ยง การเกิดกระดูกหักซ้ำในผู้สูงอายุ เนื่องในวันกระดูกพรุนโลก ปี 61

ปัจจุบันกระทรวงสาธารณสุขให้ความสนใจกับเรื่องกระดูกหักในผู้สูงอายุจากโรคกระดูกพรุนค่อนข้างมาก เนื่องจากสถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทยกำลังมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น (ผู้สูงอายุคือผู้ที่มีอายุ \geq 60 ปี) โดยในปี 2562 จะเป็นครั้งแรกที่ประเทศไทยจะมีประชากรสูงอายุมากกว่าประชากรเด็ก คือ มีผู้สูงอายุ 18% เด็ก 15.9% และในปี 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ คือมีประชากรสูงอายุ มากกว่า 20% และในปี 2574 จะมีอัตราส่วนของผู้สูงอายุ 28 % จากจำนวนประชากรทั้งประเทศ

และเนื่องในวันกระดูกพรุนโลกซึ่งตรงกับวันที่ 20 ตุลาคม 2561 ทางราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย (The Royal College of Orthopaedic Surgeons of Thailand = RCOST) ร่วมกับ บริษัท แอมเจน (ประเทศไทย) จำกัด ร่วมจัดงาน Special talk with experts” ที่ Technology Pavilion เนื่องในวันกระดูกพรุนโลก ปี 2561 เพื่อให้ความรู้ ลดความเสี่ยง การเกิดกระดูกหักซ้ำในผู้สูงอายุ โดยงานประชุมได้รับเกียรติจาก ศ.นพ. อารี ดนาวลี ประธานราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย, รศ.นพ.พงศ์ศักดิ์ ยุกตะนันท์ ประธานอนุสาขาเมตาบอลิกและผู้สูงอายุ (MBOG), รศ.นพ.สัตยา โรจนเสถียร ว่าที่ประธานอนุสาขาเมตาบอลิก และผู้สูงอายุ , ศาสตราจารย์ พ.อ.(พิเศษ) ดร.นพ.ทวี ทรงพัฒนาศิลป์ ประธานมูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งประเทศไทย เข้าร่วมในงานและให้ความรู้เกี่ยวกับโรคกระดูกพรุน

ศ.นพ.อารี ดนาวลี ประธานราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย กล่าวว่า เนื่องจากกระทรวงสาธารณสุข ให้ความสนใจเรื่องกระดูกหักในผู้สูงอายุจากโรคกระดูกพรุนค่อนข้างมากจากสถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย หลายหน่วยงานจึงร่วมกันรณรงค์ เพราะหากไม่ได้รับการรักษาในแนวทางที่ถูกต้อง อาจนำไปสู่การเสียชีวิต ประมาณ 20-25 % ในปีแรก และคนไข้บางรายไม่สามารถกลับไปใช้ชีวิตได้ตามปกติได้ ซึ่งทางราชวิทยาลัยฯ ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของอันตรายจากภาวะดังกล่าว แพทยออร์โธปิดิกส์จึงได้ร่วมมือกันในการให้ความสำคัญ ดูแลผู้ป่วยกระดูกหักจากโรคกระดูกพรุน เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการหักซ้ำของกระดูก

ทั้งนี้ กระดูกหักในผู้ป่วยที่มีกระดูกพรุน พบได้บ่อยกว่าที่คิด ทุกๆ 3 วินาทีจะมีกระดูกหักใหม่เกิดขึ้น ประชากรทั่วโลกมีสตรีที่เป็นโรคกระดูกพรุนประมาณ 200 ล้านคน ข้อมูลในประเทศไทย 1 ใน 5 ของผู้หญิงอายุ 40-80 ปี เป็นโรคกระดูกพรุน ตำแหน่งที่พบบ่อยจากการหกล้ม คือกระดูกสะโพก และกระดูกข้อมือ ส่วนกระดูกสันหลังหักอาจพบโดยเกิดกระดูกยุบตัว จากอุบัติเหตุหรือเกิดขึ้นเอง และหากภาวะกระดูกพรุนไม่ถูกควบคุมดีพอก็อาจเกิดการหักซ้ำได้ในส่วนอื่นๆ โดยราชวิทยาลัยฯ ได้ดำเนินการรณรงค์ให้บุคลากรทางการแพทย์และประชาชนทั่วไปตระหนักถึงภาวะกระดูกพรุนและจะนำไปให้เป็นวงกว้างมากขึ้น

รศ.นพ.สัตยา โรจนเสถียร ว่าที่ประธานอนุสาขาเมตาบอลิกและผู้สูงอายุ กล่าวว่า โรคกระดูกพรุนคือโรคที่คนไข้มวลกระดูกต่ำ โครงสร้างกระดูกเสื่อมโทรมและกระดูกหักง่ายแม้เพียงการล้มเบาเบา ผลกระทบสำคัญของโรคกระดูกพรุนคือกระดูกหักในตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น กระดูกข้อมือหัก กระดูกสันหลังหัก กระดูกสะโพกหัก กระดูกต้นแขนหัก กระดูกเชิงกรานหัก การมีกระดูกหักในตำแหน่งต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้คุณภาพชีวิตลดลง คนไข้มีความสามารถในการใช้ชีวิตประจำวันด้อยลง และมีความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตเร็วกว่าเวลาอันสมควรคนไข้ที่เคยมีกระดูกหักจากภยันตรายที่ไม่ร้ายแรงเป็นสัญญาณเตือนว่าคุณภาพกระดูกไม่ดี และเป็นโรคกระดูกพรุน คนไข้เหล่านี้มีโอกาสเกิดกระดูกหักซ้ำได้มากกว่าประชากรทั่วไปหลายเท่า การป้องกันก่อนกระดูกหักจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ขณะเดียวกันการป้องกันมิให้กระดูกหักซ้ำในผู้ป่วยซึ่งเคยมีกระดูกหักมาแล้วยิ่งมีความสำคัญอย่างมาก มีข้อมูลแสดงว่า ผู้ป่วยกระดูกสะโพกหักที่ไม่ได้รับยารักษาโรคกระดูกพรุน มีอัตราการตายมากกว่ากลุ่มที่ได้รับยาถึงสองเท่า

รศ.นพ.พงศ์ศักดิ์ ยุกตะนันท์ ประธานอนุสาขาเมตาบอลิกและผู้สูงอายุ กล่าวว่า การรักษาโรคกระดูกพรุนไม่ยาก เริ่มต้นจากการวินิจฉัยในกลุ่มผู้ป่วยที่มีความเสี่ยง เช่น ผู้ที่มีประวัติการกระดูกหัก หรือ กระดูกสันหลังยุบ, คนไข้ที่หมดประจำเดือนเร็ว, ผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปีและน้ำหนักน้อยกว่า 45 กิโลกรัม ส่งตรวจค่ามวลกระดูก และตรวจเลือดเพิ่มเติม เมื่อวินิจฉัยเป็นโรคกระดูกพรุนแล้ว จึงเลือกใช้ยาตามข้อบ่งชี้ ยามี 2 กลุ่มหลักๆ คือ ยาต้านการสลายกระดูก และยากระตุ้นการสร้างกระดูก ซึ่งควรพิจารณาเลือกให้ยาให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละรายในระยะเวลาที่เหมาะสม สุดท้ายคือ ติดตามผล โดยตรวจวัดมวลกระดูก ทุก 1-2 ปี

ศาสตราจารย์ พ.อ.(พิเศษ) ดร.นพ.ทวี ทรงพัฒนาศิลป์ ประธานมูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งประเทศไทย กล่าวว่า บทบาทของมูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งประเทศไทยฯ (TOPF) ในการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคกระดูกพรุน แบ่งเป็น 2 แนวทางใหญ่ ๆ ประกอบด้วย 1) การให้ความรู้กับแพทย์ในสาขาต่าง ๆ และบุคลากรทางการแพทย์ ให้เกิดความเข้าใจ สามารถวินิจฉัย และให้การรักษาที่เหมาะสมกับผู้ป่วยเหล่านี้ได้ เครือข่ายต่างๆภายใต้มูลนิธิ ได้แก่ ชมรมผู้เชี่ยวชาญโรคกระดูกพรุน (TOSS), เครือข่ายการดูแลผู้ป่วยกระดูกหักจากโรคกระดูกพรุน(Thailand-FFN) , ชมรมการตรวจวัดมวลกระดูกทางคลินิก (TSCD) 2) การให้ความรู้แก่ประชาชน ในการดูแลสุขภาพกระดูก การกินอาหาร และการออกกำลังกายที่ถูกต้อง เรามีชมรมรักษกระดูก (Thai Osteoporosis Patient Society) ในการจัดอบรมแก่ อสส.อสสม. และประชาชนทั่วไป รวมทั้งผู้สูงอายุ ที่จะได้มีความรู้ สามารถดูแลกระดูกของตนเอง ญาติพี่น้อง คนในหมู่บ้าน ในตำบล ได้ถูกต้อง

.....
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ ที่ปรึกษาประชาสัมพันธ์

บริษัท คอร์แอนด์พีค จำกัด คุณปาริชาติ สุวรรณ โทร. 02-439 4600 ต่อ 8304, E-mail:
paricharts@corepeak.com