

# Osteoporóza



DLE SVĚTOVÉ ZDRAVOTNICKÉ ORGANIZACE JE OSTEOPORÓZA DEFINOVÁNA JAKO SYSTÉMOVÉ ONEMOCNĚNÍ SKELETU, CHARAKTERIZOVANÉ NÍZKOU KOSTNÍ DENZITOU A PORUCHOU MIKROARCHITEKTURY KOSTNÍ TKÁŇE, VEDOUČÍ KE SNÍŽENÍ KVALITY KOSTÍ A JEJICH ZVÝŠENÉ KŘEHKOSTI.

## OSTEOPORÓZA

Dle Světové zdravotnické organizace je osteoporóza definována jako systémové onemocnění skeletu, charakterizované nízkou kostní densitou a poruchou mikroarchitektury kostní tkáně, vedoucí ke snížení kvality kostí a jejich zvýšené křehkosti. Osteoporóza patří k tzv. civilizačním chorobám a představuje jedno z nejzávažnějších onemocnění s plošným dopadem na populaci. Ve vyspělých zemích postihuje asi 8 % populace. Rozvoj osteoporózy probíhá často bezpříznakově a projeví se až jejími závažnými komplikacemi, mezi které patří kompresní zlomeniny obratlů, krčku stehenní kosti a předloktí. Proto také bývá nazývána „tichý zloděj“. V tomto smyslu je osteoporóza podobná takovým onemocněním, jako je hypercholesterolemie či hypertenze. Zlomeniny postihují nejčastěji populaci po 60. roce věku. Až 20 % pacientů umírá během prvního roku po příhodě a až 50 % je v dalším životě pohybově hendikepováno či přímo odkázáno na sociální služby.

### Osteoporózu dělíme na:

**primární** – u žen je mnohem častější a souvisí se ztrátou ochranné funkce estrogenů po přechodu, u mužů souvisí s věkem

**sekundární** – souvisí s některými chorobami či užíváním některých léků

### Faktory ovlivňující osteoporotický proces

#### NEOVLIVNITELNÉ

- genetické faktory (70 %)
- pohlaví – ženy postiženy mnohem častěji
- etnická skupina – bílá rasa více postižena
- věk – vyšší věkové skupiny

#### OVLIVNITELNÉ

- dostatečný přísun vápníku v dětství i dospělosti, zvláště v graviditě, při kojení a po přechodu
- správně kaloricky i nutričně sestavená výživa
- dostatek vitamínu D po celý život (nedostatek slunečního záření, snížení činnosti enzymů ve stáří)
- aktivní způsob života s přiměřeným pohybovým režimem, celoživotní nekuřáctví, omezená konzumace alkoholu, kávy, fosfátů v nápojích a strávě

### Nemoci nebo stavy predisponující k osteoporóze:

- hyperfunkce štítné žlázy a příštítných tělísek (vyšší hladiny tyroxinu a parathormonu)
- chronické onemocnění jater a ledvin
- chronická obstrukční choroba plic
- některé krevní choroby (mnohočetný myelom...)
- revmatoidní artritida
- předčasná menopauza, poruchy menstruačního cyklu s hyperprolaktinemií a nedostatkem estrogenů
- nemoci omezující hybnost

### Rizikové léky:

- kortikosteroidy (prednison, dexametazon)
- léky snižující srážlivost krve – antikoagulancia (heparin, warfarin)
- léky potlačující imunitní reakce – imunosupresiva
- extrémně nízké dávky hormonální antikoncepce v době vývoje kostry

### Diagnostika

Kvantitativní ultrazvuková denzitometrie je nejdostupnějším základním vyšetřením sloužící ke stanovení diagnózy. Nejdůležitější a nejpřesnější metodou je potom dvoufotonová rentgenová absorpciometrie – DXA, kterou měříme predilekční místa (zápěstí, kyčel a dolní část hrudní a bederní páteře). Klasický rentgenový snímek odhalí osteoporózu až při 30% ztrátě kostní minerální denzity.

### Klasická léčba

Základem je přísun kalcia v rozsahu 500 až 1 000 mg denně (kalcium karbonát nebo citrát). Problémem je s věkem se snižující vstřebatelnost a někdy špatná snášenlivost z hlediska trávicích orgánů. Další postup zahrnuje přísun vitamínu D v denní dávce 400–800 mezinárodních jednotek.

U žen po menopauze, kde je příčinou procesu řídnutí kostí pokles hladiny estrogenů, je to pak hormonální substituční terapie estrogenu, která bývá dobře účinná, ale má i svá rizika. Z novějších látek se užívají tzv. selektivní modulátory estrogenních receptorů (raloxifen – Evista), nemající některá rizika klasických estrogenů. Dalšími účinnými léky jsou tzv. bisfosfonáty (alendronát – Fosamax, risedronát – Actonel), zpomalující kostní resorpci. Jejich nevýhodou je dráždění jícnu a žaludku s možností jejich poškození.

Kostní densitu zlepšuje a protibolestivě působí i hormon kalcitonin (hormon C buněk štítné žlázy). Užívá se lososí kalcitonin ve formě nosního spreje – Miacalcic.

Stimulační vliv na densitu kostí má i parathormon v anabolické dávce, soli stroncia a také růstový hormon.

### Osteoporóza a přípravky Energy

Přípravky Energy představují šetrnou alternativu klasické medicíny a snižují rizika někdy i závažných nežádoucích účinků léků. Využívají principů bioinformace a biorezonance, a proto vykazují mnohem lepší účinnost než prosté suplementy. Základem celého postupu, příznivě ovlivňujícího kostní remodelaci, je harmonizační působení na ledviny.

#### Hlavní produkty

**Renol** – bylinný koncentrát pro posílení a regeneraci ledvin a také tkání, které spadají pod jejich vliv (kosti, zuby, vlasy). Jelikož se u osteopenie či osteoporózy jedná o věkově starší pacienty, je nutno u tohoto preparátu volit počáteční dávkování opatrně (vzhledem k možnosti reverzní reakce) a začínat někdy i 1 kapkou 3x denně; postupně dávku zvyšovat. Naprostou nezbytností je dodržování pitného režimu. Pije se čistá voda, nevhodné jsou nápoje syčené CO<sub>2</sub> či chemicky upravované.

Abychom ještě zvýšili regenerační efekt přípravku, je vhodné zároveň aplikovat **Artrin** – bylinný bioinformační krém, a to na akupunkturní dráhu ledvin a močového měchýře, kde v oblasti kolem kotníků stimuluje činnost ledvin a kolem páteře ulevuje bolestem.

K suplementaci kalcia (ale i jiných prvků, majících význam pro kostní metabolismus) použijeme **Fyto mineral** – roztok koloidních prvků se vstřebatelností dosahující až 98 %, což představuje ohromný potenciál pro rychlé a účinné působení, a to i u starších pacientů.

**Skeletin** – bioinformační preparát s obsahem sépiové kosti, kolagenu, manganu, rybiho oleje, kopřivy a šípkového extraktu. Dodává kostem vápník i další prvky v biologicky dostupné formě, vitamin D a také kolagen, který blahodárně působí na kloubní chrupavky. Díky tomu pomáhá i při artróze kloubů, jež často osteoporózu doprovází. Je vhodný k trvalejší substituci.

#### Doplňkové produkty

Fenoménu vstřebatelnosti látek kůží a sliznicí využijeme při aplikaci koupelí a zubní pasty.

**Biothermal** – šetrným technologickým postupem získaná sůl z vřídla Podhájska, která má obdobné složení jako voda z Mrtvého moře.

**Balneol** – humátová koupel s výborným relaxačním a protibolestivým účinkem.

**Silix** – bioinformační přípravek pro ústní hygienu s obsahem solí z Podhájské a bylinnými extrakty.

U sekundárních forem osteoporózy je nutno ovlivňovat i základní onemocnění pomocí preparátů Pentagramu. Např. Gynex či Regalen u chorob štítné žlázy a příštítných tělísek, Regalen u chorob jaterních, Vironal u chorob plicních, Korolen u krevních chorob či revmatoidní artritidy.

Naprostou nezbytnou nutností při prevenci i léčbě osteoporózy je pohybový režim, nejlépe procházky a turistika. Důležitým cílem je prevence a léčba u postmenopauzálních žen, kde chorobný proces probíhá bezpříznakově.

Regenerační postup může vyvolat i dočasné zhoršení stavu, kdy dojde k tzv. reverzní reakci. Mohou se objevit příznaky minulých onemocnění. Je to známkou kvalitně probíhající regenerace a je třeba na ně takto pohlížet.

Pro přesnější diagnostiku a správný výběr přípravků doporučujeme podstoupit vyšetření přístrojem Supertronic na bázi EAV nebo přístroji na bázi hodnocení nelineární analýzy biopole, které určí postižený orgán a správný a účinný preparát.