

توصيات طبية ذهبية لمرضى هشاشة العظام



الأحد 18 يونيو 2017 10:06 م

وصى اتحاد روابط الصيادلة الألمان مرضى هشاشة العظام بتعاطي الأدوية على النحو الذي وصفه الطبيب بشكل دقيق، وذلك كي يؤتي الدواء مفعوله المرجو □

ويتعين على مرضى هشاشة العظام تعاطي أدوية تحتوي على " البيسفوسفونات"، والتي تعمل على زيادة كثافة العظام، غير أن مشكلة هذه الأدوية تتمثل في أن الجسم لا يمتصها إلا بصعوبة □

وعادة ما يبتلع المرضى الأدوية قبل الفطار بنصف ساعة على الأقل بواسطة ربع لتر من الماء على معدة خاوية، في حين أن بعض الأطعمة والمشروبات تعيق وصول المادة الفعالة إلى مجرى الدم، كالأطعمة المحتوية على الكالسيوم والمغنيسيوم ومنتجات الحليب وعصائر الفواكه □

يُشار إلى أن هشاشة العظام هو مرض يحدث نتيجة لانخفاض كثافة العظام، وهو يهاجم كبار السن بصفة خاصة وكذلك الأشخاص، الذين يخضعون للعلاج بأدوية معينة كالكورتيزون مثلاً □

ويمكن مواجهة هشاشة العظام في مراحلها الأولى من خلال تناول الأطعمة الغنية بالكالسيوم وفيتامين D، وكذلك المواظبة على ممارسة الأنشطة الحركية □