

Zavod za fizikalnu medicinu, rehabilitaciju i reumatologiju
Opća bolnica "Sveti Duh" ♦ Sveti Duh 64 ♦ 10000 Zagreb

**UTJEČE LI OSTEOPOROZA NA STABILNOST?
- ISPITIVANJE STABILNOSTI ŽENA STARIJE ŽIVOTNE DOBI**
**DOES OSTEOPOROSIS INFLUENCE BALANCE?
- STUDY OF BALANCE IN ELDERLY WOMEN**

Ana Aljinović ♦ Mirka Jakšić ♦ Dijana Bešić
Maja Paar Puhovski ♦ Marija Graberski Matasović

Rizik fraktura žena s osteoporozom znatno je veći u odnosu na vršnjakinje. Zanimalo nas je doprinosi li tome dodatno nestabilnost, odnosno slabiji balans.

Ispitivanje je obuhvatilo 38 žena starijih od 65 godina; 21 s potvrđenom osteoporozom (skupina O), te 17 bez osteoporoze (kontrolna, skupina K) koje su upućene na fizijatrijski pregled. Prikupljeni su osnovni podaci, dob, indeks tjelesne mase, nalaz denzitometrije, podaci o padovima, frakturama, liječenju osteoporoze, komorbiditetu, razini tjelesne aktivnosti, funkcionalnom statusu, ravnoteži i hodu procjenom prema Tinettijevoj, a stabilnost je ispitana na ploči s pokretnom okretnom točkom (Phyaction balance, Uniphy) tijekom 30 sekundi s otvorenim, a potom i sa zatvorenim očima.

Usporedbom prikupljenih podataka između dvije skupine nije utvrđena statistički značajna razlika koja bi govorila u prilog većeg poremećaja ravnoteže i stabilnosti starijih žena s osteoporozom, a nađene razlike su očekivane. Indeks tjelesne težine veći je u kontrolnoj skupini (29,4 prema 25,6), također su u toj grupi bolji rezultati COOP/WONCa upitnika što govori za manji utjecaj zdravstvenih problema na aktivnosti. Ispitivanje

stabilnosti na ploči s otvorenim očima nije moglo dovršiti osam ispitanica, a sa zatvorenim očima čak 20 ispitanica, u oba slučaja više s osteoporozom. Globalni rezultat je bolji s otvorenim očima (za sve ispitanice u prosjeku 13,5 (K skupina 13,2, O skupina 13,8), dok je pri zatvorenim očima 19,5 (K skupina 19,3, O skupina 19,9), što je lošije nego kod zdrave, mlade populacije. U obje skupine rezultati procjene ravnoteže i hoda prema Tinettijevoj nisu pokazali velik rizik od padova (u prosjeku 24,4). Također, u obje skupine ispitanice smatraju da je razina njihove tjelesne aktivnosti viša nego što to pokazuje Kratki upitnik aktivnosti (u skupini K 1,41:0,94, u O skupini 1,38:1).

Rezultati pokazuju da osteoporoza nema dodatan utjecaj na održavanje ravnoteže, ali narušena stabilnost u starijoj životnoj dobi može znatno povećati rizik od padova, a time i fraktura, posebice kad se isključi kontrola vida. Stoga je potrebno savjetovati bolesnicama provođenje vježbi za održavanje ravnoteže, te da modifikacijom okoline i korekcijom vida spriječe učestalost padova.

Ključne riječi: osteoporoza, ravnoteža, rizik, padovi, stariji