

Kaatumishoitojaksojen ja lonkkamurtumien määriin voidaan vaikuttaa

Osteoporoosin hoitosuosituksen mukaan pienentynyt luuntiheys on noin 44 %:lla 65 vuotta täyttäneistä. Hauras luusto murtuu herkästi arjen tilanteissa, kuten kaatumistapaturmissa. Lisäksi osteoporoottinen murtuma on usein sirpaleinen ja luutuu hitaasti. Lonkkamurtuman saaneista joka viides kuolee vuoden sisällä murtumasta.

Osteoporoosi aiheuttaa vuosittain arviolta 50 000 murtumaa. Osteoporoottisen murtuman saaneella on 2–4-kertainen riski saada uusi murtuma. Kuten kaatumistapaturmien myös murtumien ilmaantuvuus kasvaa voimakkaasti väestön ikääntyessä.

Osteoporoosin hoito on hyvin tehokasta. Hoitosuosituksen mukaan ”... jokaisen murtumapotilaan osalta on mietittävä osteoporoosin mahdollisuutta, ja sitä epäiltäessä potilas tulee ohjata osteoporoosin jatkoselvittelyyn ja hoitoon”. Osteoporoosin hyvä hoito on myös yksi lonkkamurtumien ehkäisykeino.

Osteoporoosi on potilaan kannalta haastava sairaus, sillä oireita ei ole ilman akuuttia murtumaa. Osteoporoosin hoidon tehoa potilas ei itse havaitse ja hoito vaatii yleensä sitoutumista loppuelämän kestäviin elintapamuutoksiin ja monesti myös lääkehoidon.

Keski-Uudellamaalla oli v. 2024 lähes 43 000 65 vuotta täyttänyttä, joista arviolta lähes 19 000:lla oli alentunut luuntiheys ja joilla oli 900 kaatumishoitojaksoa ja 282 lonkkamurtumaa.

Luustoliiton alkukesällä 2025 toteuttaman valtakunnallisen potilaskyselyn (N=907) mukaan (kyselyn raportti luustoliitto.fi/potilaskysely):

- vain 52 %:lle osteoporoosidiagnoosin saaneista kerrottiin, mitä osteoporoosi tarkoittaa
- vain 41 %:lla selvitettiin syitä osteoporoosin taustalla mahdollisen osteoporoosin aiheuttajasairauden poissulkemiseksi ja sen hoitamiseksi
- vain 50 % sai ohjausta osteoporoosin hoitamiseen
- vain 25 % sai kuulla lääkehoidon mahdollisista haittavaikutuksista.

Osteoporoosin hoidon onnistumisen kannalta on tärkeää, että Keski-Uudellamaalla on toimiva osteoporoosin hoitoketju/palvelupolku, jossa huomioidaan hoidon kokonaisuus murtumapotilaiden seulonasta alkaen ja jossa on mukana alueen palveluita omahoidon tueksi. Hyvin toimiva hoitopolku vaatii myös vastuuhenkilöt sekä jatkuvaa ylläpitoa ja kehittämistä. Alueella onkin otettu asia vakavasti ja lähdetty kehittämään hoitopolkua osteoporoosipotilaille.

Väestön ikääntyessä osteoporoosi murtumineen tulee olemaan haaste lisääntyvän akuutti- ja pitkäaikaishoidon vuoksi. Hyvinvointialueilla tulee huomioida hoitosuosituksen mukainen osteoporoosin ennaltaehkäisy, tunnistaminen ja hoidon kokonaisuus. Mukaan on hyvä saada myös alueen luustoyhdistys tarjoamaan vertais- ja omahoidon tukea. Näin säästetään yhteiskunnan resursseja, vähennetään kaatumishoitojaksoja ja lonkkamurtumia ja osteoporoosia sairastavilla on mahdollisuus ikääntyä kotonaan nykyistä toimintakykyisempänä.

Suomen Luustoliitto ry

Timo Strandberg, puheenjohtaja

Ansa Holm, toiminnanjohtaja