

COVID-19 и остеопорозата



Спазвайте мерките за безопасност и бъдете добре информирани!

Тук ви предоставяме полезна информация за възрастните и хората с остеопороза.

В условията на продължаващото разпространение на COVID-19, Международната фондация по остеопороза-IOF се надява, че вие и вашите близки сте в безопасност и сте добре.

Имайте предвид, че възрастните хора и тези с хронични страдания като диабет и заболявания на белите дробове, сърцето или бъбреците са с повишен риск от по-сериозни усложнения на болестта COVID-19. Настоятелно ви призоваваме за вашата безопасност да вземете необходимите предпазни мерки, препоръчвани от здравните власти. Световната здравна организация предоставя на своята уеб страница важна информация как да се предпазите, съвети при пътуване и други важни указания, които можете да намерите на [WHO Coronavirus disease \(COVID-19\) Outbreak](#)

Бихме жалели да успокоим хората с остеопороза и болните, които се лекуват от това заболяване, че наличието на остеопороза **не ви поставя в повишен риск** и податливост към инфекция с коронавирус, както и не ви излага на сериозни усложнения в случай на зараза.

Въпреки това, сега е важно повече от всякога **хората с остеопороза да се пазят от възникването на фрактури**. Здравните системи по света са пренатоварени и общите препоръки са да се избягват посещения на болници и лекарски кабинети, освен в случаите на крайна необходимост.

- Превенцията на фрактурите е жизненоважна, затова осигурете у дома си безопасна среда чрез ограничаване на рисковете от падания.
- Не преустановявайте приема на лекарствата за остеопороза (включително добавките калций с витамин D), които са ви предписани и се посъветвайте с лекуващия ви лекар ако имате някакви притеснения.
- Ако здравните власти ви съветват да останете у дома и/или имате притеснения да посетите лекарски кабинет или болница, както и ако се нуждаете от изписване на рецепта, опитайте да се свържете с лекаря ви по телефона и да насрочите преглед при необходимост.
- Поддържайте контакт със семейството и приятелите си по телефона или с емейл – физическата изолация не трябва да бъде и социална изолация!
- Не се притеснявайте да потърсите помощта, от която се нуждаете за пазаруване, нова рецепта или други поръчки. Ако насроченият преглед за инжекция или вливане на предписаното антиостеопорозно лечение е отменен, или ако не се чувствате добре да приемете медикаментите си в определен момент, временното забавяне на лечението не би имало дълготраен ефект върху здравето на костите. Но при приема на определени медикаменти под формата на инжекции е важно следващият ви прием да не бъде забавен повече от четири седмици поради изчерпване на ползата от лечението. Не забравяйте да се свържете с вашия лекар и да насрочите нов преглед колкото е възможно по-скоро, за да се запази ефекта от лечението. Ако не се чувствате добре и пропуснете приема на таблетка, не забравяйте да възстановите обичайната си доза веднага, щом имате подобрение. Очаквайте още подробна информация по темата.

Следете информациите на вашето национално дружество по остеопороза за съвети за конкретната държава.

Нека всички да са в безопасност и без остеопорозни фрактури, като следват авторитетните насоки и указания за предпазване на възрастните и хората, уязвими на въздействието на този глобален вирус.

Международна фондация по остеопороза- IOF

Разпространява се на български език от Асоциация „Жени без остеопороза“, член на IOF