

Η διάρκεια ζωής των τεχνητών αρθρώσεων

ΤΟΥ ΓΙΑΝΝΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ

Περισσότερες από 20.000 αντικαταστάσεις αρθρώσεων (αρθροπλαστικές) πραγματοποιούνται ετησίως στην Ελλάδα, με την πλειονότητα να είναι αρθροπλαστικές γόνατος και ισχίου. Επειδή οι επεμβάσεις αυτές καθίστανται όλο και συχνότερες στους 40άρηδες και τους 50άρηδες, πολλοί ασθενείς θα αναγκαστούν να τις επαναλάβουν έπειτα από 10-20 χρόνια. Ωστόσο, η επιστήμη της αρθροπλαστικής εξελίσσεται διαρκώς και η διάρκεια ζωής των νέων αρθρώσεων αυξάνεται

13,1%

των ενηλίκων στην Ελλάδα έχουν οστεοαρθρίτιδα

75%

των ατόμων ηλικίας άνω των 65 ετών πάσχουν από οστεοαρθρίτιδα

28%

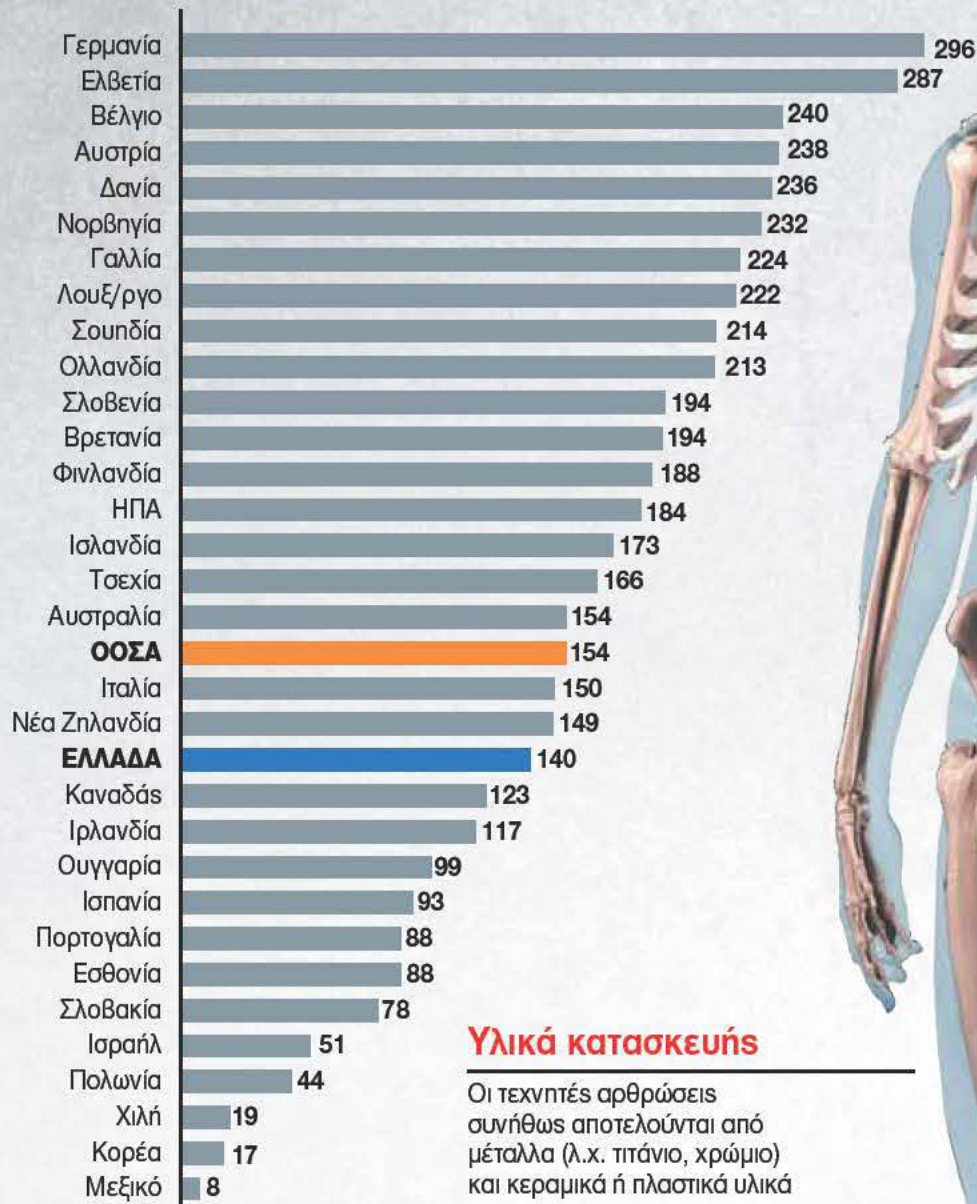
των ιατρικών επισκέψεων γίνονται για οστεοαρθρίτιδα

14.000

αρθροπλαστικές ισχίου διενεργούνται ετησίως στην Ελλάδα

Αριθμός αρθροπλαστικών ισχίου

ανά 100.000 πληθυσμού (2009)



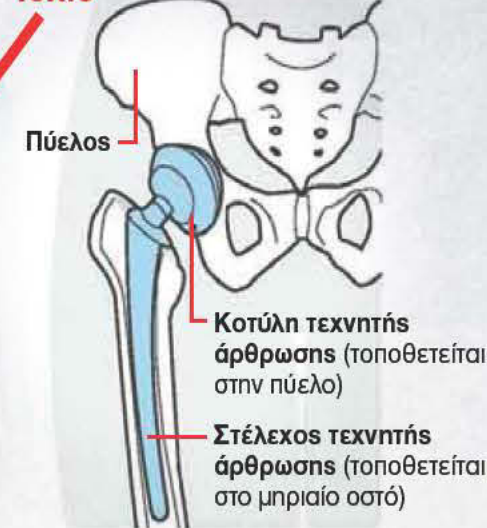
Υλικά κατασκευής

Οι τεχνητές αρθρώσεις συνήθως αποτελούνται από μέταλλα (λ.χ. τιτάνιο, χρώμιο) και κεραμικά ή πλαστικά υλικά

Συμβουλές προσασίας των αρθρώσεων

- Χάστε τα περιττά κιλά
- Να προθερμαίνετε πάντοτε πριν αρχίσετε τη γυμναστική
- Να κάνετε διατάσεις πριν από τις ασκήσεις με βάρη (για δύναμη)
- Να εναλλάσσετε τις ασκήσεις
- Μην γυμνάζεστε υπερβολικά
- Μην μένετε πολλή ώρα ακίνητοι στην ίδια θέση (όρθια ή καθιστή)
- Μην φοράτε στενά παπούτσια
- Να αποφεύγετε τα ψηλά τακούνια

Ισχίο



Η αντικατάσταση του ισχίου είναι συνηθέστερη στην ηλικία άνω των 60 ετών. Οι νεότεροι ασθενείς τείνουν να καταπονούν περισσότερο τις νέες αρθρώσεις και έτσι είναι πολύ πιθανό να χρειαστούν νέα αρθροπλαστική στο μέλλον

Μέση διάρκεια τεχνητής άρθρωσης

15-20 χρόνια

Γιατί γίνεται η αντικατάσταση

Μείωση απόστασης μεταξύ των οστών



Στις υγιείς αρθρώσεις, οι άκρες των οστών καλύπτονται από λείο χόνδρο ενώ γύρω τους υπάρχει μία κοιλότητα (αρθρική κοιλότητα) που περιέχει λιπαντικό υγρό, το οποίο επιτρέπει την κίνηση των οστών δίχως τριβές



Όταν ο αρθρικός χόνδρος φθαρεί, τα οστά τρίβονται μεταξύ τους με συνέπεια να διαβρώνονται. Έτσι, προκαλείται δυσκαμψία της άρθρωσης και πόνος

Γόνατο



Η συνεχής βελτίωση των χειρουργικών τεχνικών επιτρέπει στους περισσότερους ασθενείς να παίρνουν εξιτήριο από το νοσοκομείο σε 7-10 ημέρες και να αναρρώνουν πλήρως σε 2-3 μήνες

Μέση διάρκεια τεχνητής άρθρωσης

15-20 χρόνια

ΠΗΓΕΣ: ΟΟΣΑ, Ελληνικό Ιδρυμα Ρευματολογικών Παθήσεων, Αμερικανική Ακαδημία Ορθοπαιδικών Χειρουργών (AAOS), Cleveland Clinic, Εθνικά Ιδρύματα Υγείας (ΗΠΑ)