



دانشگاه علوم پزشکی تهران



مرکز تحقیقات استئوپروز
پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم
دانشگاه علوم پزشکی تهران

راهنمای جامع بالینی استئوپروز

تهیه کننده

مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم

با همکاری

انجمن پوکی استخوان ایران

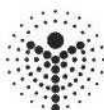
شبکه تحقیقات استئوپروز کشور

دبیرخانه تحقیق و توسعه سیاست های دانشگاه

معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تهران



NICE
National Institute for
Health and Care Excellence



Osteoporosis Canada
Ostéoporose Canada



International Osteoporosis
Foundation

سرشناسه : اردشیر لاریجانی، یافر، ۱۳۴۰
 عنوان و نام پدیدآور : راهنمای جامع بالینی استنوپروز؛ تهیه‌کننده یافر اردشیر لاریجانی، حمیدرضا آقایی‌مبیدی، پاتریشیا خشایار، [برای] مرکز تحقیقات استنوپروز، پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم، با همکاری انجمن یوکی استخوان ایران - (و دیگران).
 مشخصات نشر : تهران: نوآوران سینا، ۱۳۹۳.
 مشخصات ظاهری : ۸۰ص: مصور، جدول.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۶۹۹-۴۸-۶ ریا ۸۰۰۰۰
 وضعیت فهرست نویسی : فیا
 یادداشت : با همکاری انجمن یوکی استخوان ایران، شبکه تحقیقات استنوپروز کشور، دبیرخانه تحقیق و توسعه سیاست‌های دانشگاه، معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تهران.
 موضوع : یوکی استخوان
 شناسه افزوده : آقایی‌مبیدی، حمیدرضا، ۱۳۴۸ -
 شناسه افزوده : خشایار، پاتریشیا، ۱۳۵۸ -
 شناسه افزوده : دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران. پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم، مرکز تحقیقات استنوپروز
 شناسه افزوده : انجمن یوکی استخوان
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۳ ۱۶۴ ۹۳۱/۹ RC
 رده بندی دیویی : ۶۱۶/۷۱۶
 شماره کتابشناسی ملی : ۳۶۳۳۳۳۱

نام کتاب:	راهنمای جامع بالینی استنوپروز
تألیف:	دکتر یافر اردشیر لاریجانی، دکتر حمیدرضا آقایی‌مبیدی، دکتر پاتریشیا خشایار
ناشر:	نوآوران سینا
نوبت چاپ:	چاپ اول، ۱۳۹۳
شمارگان:	۱۰۰۰ نسخه
لیتوگرافی، چاپ و صحافی:	طرح و نقش
بهاء:	۸۰/۰۰۰ ریا



مرکز تحقیقات استنوپروز
 پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم
 دانشگاه علوم پزشکی تهران

مرکز تحقیقات استنوپروز، پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی تهران :
 تهران - خیابان کارگر شمالی، بیمارستان دکتر شریعتی، طبقه پنجم، کدپستی: ۱۳۱۳۷-۱۴۱۱۴، تلفن: ۸۸۲۲۰۰۳۷-۸
 نمابر: ۸۸۲۲۰۰۵۲، پست الکترونیکی: emrc@tums.ac.ir

ISBN: 978-600-6699-48-6



9 786006 669948



www.noavapress.ir

پیشگفتار

توجه به طبابت مبتنی بر شواهد و استفاده از راهنماهای بالینی در کشور علاوه بر ارتقای کیفیت ارائه خدمات، در کاهش هزینه ها و حفظ رضایتمندی بیماران موثر خواهد بود. برای رسیدن به این هدف، طبابت براساس یک شیوه استاندارد و کار آمد، گامی اساسی به شمار می‌رود. در این میان با توجه به جایگاه پزشک خانواده به‌عنوان بازوی مهم گروه ارائه‌دهندگان خدمات بالینی در نظام سلامت، تولید راهنماهای بالینی برای این گروه گامی موثر در خدمت‌رسانی به سهم بزرگی از بیماران است.

بنابراین پیرو اعلام نیاز و درخواست وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی مبنی بر تهیه و تدوین راهنماهای بالینی بومی مبتنی بر شواهد، مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم و انجمن پوکی استخوان ایران اقدام به بومی‌سازی راهنمای بالینی استئوپروز نمودند. برای تهیه این مستند از راهنماهای معتبر بالینی موجود در دنیا استفاده و پیش‌نویس اولیه راهنمای بالینی تهیه شد. همچنین تلاش گردید که برای بررسی توصیه‌های راهنما و بومی‌سازی آن، نظرات گروه‌های مختلف ذینفع از سراسر کشور مورد توجه قرار گیرد.

راهنمای بالینی استئوپروز خالی از اشکال نبوده و کوشش خواهد شد در به روز رسانی های بعدی اشکالات موجود شناسایی و اصلاح گردد. در اینجا لازم است از حمایت‌های مسئولین محترم معاونت علمی و فناوری بخصوص مسئولین اداره کل ممیزی ق‌دردانی نماییم.

همچنین از زحمات کلیه دست‌اندرکاران تولید و انتشار این راهنما تشکر نموده و پیشاپیش از کسانی که با ارائه پیشنهادات اصلاحی خود ما را در بهبود کیفیت این مجموعه یاری خواهند نمود، سپاسگزاری می‌نماییم.

دکتر سید محمود طباطبایی

دکتر باقر لاریجانی

رییس انجمن پوکی استخوان ایران

رییس پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم



فهرست مطالب	صفحه
◆ مقدمه.....	۹
◆ اپیدمیولوژی.....	۱۳
◆ متدولوژی.....	۱۵
◆ چکیده توصیه‌ها.....	۲۳
◆ تعریف استئوپروز.....	۳۱
◆ تشخیص.....	۳۳
◆ درمان.....	۳۹
◆ پی‌گیری.....	۵۱
◆ پیش‌گیری.....	۵۳
◆ توان‌بخشی بعد از شکستگی.....	۵۷
◆ نقش پرستار در استئوپروز.....	۶۱
◆ الگوریتم.....	۶۳
◆ ضمانت.....	۶۵
◆ نحوه محاسبه.....	۶۶
◆ جدول خطر ۱۰ ساله شکستگی لگن.....	۶۶
◆ نکات مهم در ارزیابی و تحلیل گزارش BMD به روش DXA.....	۷۰
◆ اصول کلی ورزش در بیماران استئوپروز.....	۷۲
◆ مراقبت‌های پرستاری.....	۷۵
◆ منابع.....	۷۸