



**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ**  
**ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**

**Επιβλέπων καθηγητής:**  
**Δρ Βασίλειος Ραφτόπουλος**

**ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΣΕ ΜΕΤΕΜΜΗΝΟΠΑΥΣΙΑΚΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΜΕΤΑ**  
**ΑΠΟ ΟΣΤΕΟΠΟΡΩΤΙΚΑ ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΣΤΗΛΗΣ**

**Από τη φοιτήτρια:**  
**Σεντουξή Ανθούλα**  
**Α.Φ.Τ: 2008475013**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ**

**ΚΥΠΡΟΣ 2012**



**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ**

**ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**

**Επιβλέπων καθηγητής:  
Δρ Βασίλειος Ραφτόπουλος**

**ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΣΕ ΜΕΤΕΜΜΗΝΟΠΑΥΣΙΑΚΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΜΕΤΑ  
ΑΠΟ ΟΣΤΕΟΠΟΡΩΤΙΚΑ ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΣΤΗΛΗΣ**

**Από τη φοιτήτρια:  
Σεντουξή Ανθούλα  
Α.Φ.Τ: 2008475013**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ**

**ΚΥΠΡΟΣ 2012**

Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © Σεντουξή Ανθούλα, 2012

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του τμήματος.

Ευχαριστίες:

*Ολοκληρώνοντας την παρούσα πτυχιακή έρευνα θα ήθελα να εκφράσω θερμές ευχαριστίες στην οικογένεια μου για την ηθική συμπαράσταση που μου προσέφερε καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών μου, καθώς και στον επιβλέποντα καθηγητή Δρ. Βασίλειο Ραφτόπουλο για την καθοδήγηση και τις ουσιαστικές παρεμβάσεις για την εκπόνηση της παρούσας πτυχιακής εργασίας.*

<u>Περιεχόμενα</u>	<u>Σελίδα</u>
Περίληψη στα ελληνικά .....	0..... v
Περίληψη στα αγγλικά.....	vi
1.Εισαγωγή .....	1
1.1Ορισμός ποιότητας ζωής.....	2
1.2.Ορισμός οστεοπόρωσης.....	2
1.3.Επιδημιολογικά χαρακτηριστικά.....	3
1.4.Παράγοντες κινδύνου.....	3
1.5. Ορισμός οστεοπορωτικών καταγμάτων.....	3
2. Σκοπός .....	5
2.1 Επιμέρους σκοπός.....	5
3.Υλικό και μέθοδος .....	5
3.1.Κριτήρια επιλογής.....	5
3.2Διαδικασία αναζήτησης.....	5
3.3.Σχεδιάγραμμα.....	6
4.Αποτελέσματα .....	7
5.Πίνακας άρθρων.....	13
6.Συζήτηση .....	17
7.Συμπεράσματα /Προτάσεις/εισηγήσεις/.....	21
8.Βιβλιογραφία .....	22

## **Περίληψη**

### **Εισαγωγή:**

Η οστεοπόρωση είναι ένα παγκόσμιο πρόβλημα που αφορά εκατομμύρια ανθρώπους στον πλανήτη, αφού πλέον αποτελεί τη συνηθέστερη μεταβολική νόσο των οστών στην εποχή μας. Η εμφάνισή της στα άτομα, και κυρίως στους ηλικιωμένους αποτελεί ένα πολύπλευρο πρόβλημα αφού επηρεάζει σε πολλούς τομείς την ποιότητα ζωής τους. Το πιο κοινό σύμπτωμα της οστεοπόρωσης είναι ο πόνος στη πλάτη, που προκύπτει από σπονδυλικό κάταγμα. Τα σπονδυλικά κατάγματα επηρεάζουν περίπου το 20% των μετεμμηνοπαυσιακών γυναικών και είναι το σήμα κατατεθέν της οστεοπόρωσης. Έχουν σημαντικό αντίκτυπο στην ικανότητα του ασθενούς να εκτελέσει τις διάφορες δραστηριότητες της καθημερινής ζωής προκαλώντας μακροπρόθεσμες επιδράσεις στη σωματική, κοινωνική και ψυχική τους λειτουργία.

**Σκοπός:** Η παρούσα ανασκόπηση ως σκοπό έχει τη διερεύνηση της επίδρασης των οστεοπορωτικών καταγμάτων σπονδυλικής στήλης στη ποιότητα ζωής των μετεμμηνοπαυσιακών γυναικών.

**Υλικό και Μέθοδος:** Η μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε για την αναζήτηση της σχετικής ελληνικής και αγγλικής βιβλιογραφίας είναι οι ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων PUBMED, MEDLINE, CINAHL καθώς και ο ηλεκτρονικός κατάλογος περιοδικών και βιβλίων του ΤΕΠΑΚ.

**Αποτελέσματα:** Βρέθηκαν συνολικά 8 ποσοτικές έρευνες. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα των ερευνών, τα οστεοπορωτικά κατάγματα σπονδυλικής στήλης, έχουν ισχυρή επίδραση στη ποιότητα ζωής σε αυτούς τους ασθενείς. Επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό τη σωματική κοινωνική και ψυχική λειτουργία. Οι παράγοντες που βρέθηκαν να συμβάλουν στη χαμηλή ΠΖ είναι η σοβαρότητα του σπονδυλικού κατάγματος, η περιοχή στην οποία υπάρχει το σπονδυλικό κάταγμα καθώς και η ηλικία.

**Συμπεράσματα:** Τα σπονδυλικά κατάγματα σε μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες με οστεοπόρωση μειώνουν σε μεγάλο βαθμό τη ποιότητα ζωής τους. Οι ασθενείς αυτοί, μέσα από ενημερωτικά προγράμματα θα πρέπει να μάθουν ότι η καλή διατροφή, η σωματική άσκηση καθώς και η επαρκής πρόσληψη ασβεστίου είναι οι βασικοί πυλώνες που στηρίζουν τη πρόληψη εναντίον της οστεοπόρωσης.

**Λέξεις κλειδιά:** οστεοπόρωση, ποιότητα ζωής, οστεοπορωτικά κατάγματα, σπονδυλικά κατάγματα, μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες.

## **Abstract**

**Introduction:** Nowadays, the most common metabolic bone disease is osteoporosis which is a global problem that affects millions of people, especially the elderly. Osteoporosis is a multifaceted problem that affects many areas of quality of life. The

most common symptom of osteoporosis is back pain, resulting from vertebral fracture, which is the hallmark of osteoporosis. Vertebral fractures affect approximately 20% of the postmenopausal women. Vertebral fractures have a significant impact on the patient's ability to perform various activities of their daily life causing long-term effects on physical, mental and social functioning.

**Purpose:** This study aims to investigate the influence of spine's osteoporotic fractures in the postmenopausal women's quality of life.

**Methods:** The method used for the search of the relevant greek and english literature are the electronic databases PUBMED, MEDLINE, CINAHL, as well as the CUT's electronic catalogue.

**Results:** Here, 8 quantitative surveys were found. According to the survey results, the osteoporotic spine fractures have a strong impact on these patients quality of life. Especially, they affect the physical, social and mental functioning. The factors found to contribute to low quality of life are the severity of the vertebral fracture, the area in which the vertebral fracture is and the age.

**Conclusion:** Vertebral fractures in postmenopausal women with osteoporosis reduce their quality of life. These patients should learn through information programs that good nutrition, exercise and adequate calcium intake are the key pillars that support the prevention of osteoporosis.

**Keywords:** osteoporosis, quality of life, osteoporotic fractures, vertebral fractures, postmenopausal women