



درمان پوکی استخوان و بیماری چاقی با کمک توربوتراپی

سازمان جهانی بهداشت، بیماری پوکی استخوان را به‌عنوان یکی از بیماری‌های خطرناک در کنار سرطان‌ها، سکته قلبی و مغزی عنوان کرده که حیات افراد را به‌شدت تهدید می‌کند.

سازمان جهانی بهداشت، بیماری پوکی استخوان را به‌عنوان یکی از بیماری‌های خطرناک در کنار سرطان‌ها، سکته قلبی و مغزی عنوان کرده که حیات افراد را به‌شدت تهدید می‌کند.

دکتر فرهاد غریب‌دوست، فوق تخصص روماتولوژی به همشهری می‌گوید: پوکی استخوان یک بیماری شایع و خاموش تلقی می‌شود که عوارض خطرناکی همچون شکستگی دارد؛ شکستگی‌هایی که می‌توانند، ناشی از ضربات شدید یا خفیف و در مواردی حتی بدون ایجاد ضربه ایجاد شود. برخی از این شکستگی‌ها مثل شکستگی لگن حتی می‌تواند منجر به مرگ شود.

وی ادامه می‌دهد: روش رایج درمان پوکی استخوان استفاده از داروهای کنترل‌کننده سلول‌های استخوانی و ویتامین D و گاهی هورمون درمانی است که غالباً از این درمان‌ها به‌صورت ترکیبی استفاده می‌شود. در برخی از بیماران، مشکلات گوارشی، کلیوی و...، استفاده از این درمان‌ها را محدود می‌کند که در این موارد تزریق و تمرینات ورزشی مقاومتی با تحمل وزنه که موجب افزایش تراکم استخوان می‌شود به بیمار توصیه می‌شود.

دکتر یوسف مقصودیان، متخصص فیزیوتراپی و مسئول بخش توربوتراپی مرکز روماتیسم ایران می‌گوید که توربوتراپی روش نوین جایگزین و کمکی در درمان پوکی استخوان است. اکثر بیماران دچار پوکی استخوان به غیر از مسئله کهولت سن به‌علت بیماری‌های زمینه‌ای مثل بیماری‌های قلبی - عروقی، ضعف شدید عضلانی ناشی از پیری و تحرک بسیار کم، اختلالات عصبی و روانی و برخی معلولیت‌ها قادر به ورزش کردن نیستند اما با روش توربوتراپی می‌توان به کمک امواج توربوسانیک فیبرهای عضلانی را تحریک و تقویت کرد، بدون اینکه فرد نیازمند تلاش خسته‌کننده باشد.

لرزش‌های توربوسانیک به‌صورت عمودی و در جهت خلاف جاذبه، بر استخوان وارد می‌شود و موجب تحریک استخوان برای جذب کلسیم از خون توسط استخوان شده، بر تراکم استخوان‌ها می‌افزاید. این تأثیر می‌تواند، جایگزین ورزش‌های مقاومتی سخت در افراد سالمند و نیز افرادی که به‌دلیل نداشتن وقت کافی (مانند کارمندان) قادر به انجام تمرینات مورد نظر نیستند، شود. توربوتراپی همچنین در افرادی که به‌دلیل کم‌تحرکی، بیماری‌های مختلف مانند کم‌کاری تیروئید، ژنتیک، تغذیه نامناسب،

اختلالات هورمونی و... دچار چاقی هستند یا افرادی که به دلیل بیماری‌های مفصلی مثل آرتروز و کاهش قدرت عضلات قادر به فعالیت مناسب نیستند و این فرایند منجر به چاقی در آنها شده است، می‌تواند به افزایش متابولیسم سلولی و افزایش مصرف کالری و کاهش وزن کمک کند. دکتر مقصودیان می‌افزاید: لرزش‌های توربوسانیک موجب تحریک پرده تغذیه‌کننده غضروف (سینوویال) و تغذیه مناسب‌تر غضروف مفصلی می‌شود.

یافته‌های پژوهشی بیانگر آن است که بهبود وضعیت غضروف مفصلی در زانو‌ها، مفاصل ران و ستون فقرات از کمر تا گردن موجب کاهش درد پس از چند جلسه درمان با روش توربوتراپی شده که در کنار درمان دارویی موجب تسریع در روند درمان می‌شود. بعد از هر جلسه درمان توربوسانیک بیمار نه‌تنها احساس خستگی نمی‌کند بلکه احساس رضایت و شادی نیز دارد.