



Kā sagatavoties konsultācijai ar ārstu par osteoporozi vai citām kaulu vielmaiņas slimībām?

1. Līdzī jāņem VISU pašreiz lietojamo medikamentu, pārtikas piedevu, vitamīnu un minerālvielu (it īpaši D₃ vitamīna un kalcija) nosaukumus un to devas vai zāļu stiprumu.
2. Līdzī jāņem osteodensitometrijas (DXA) jeb kaulu blīvuma izmeklējuma un slēdziena oriģināls, ja tāds tika veikts. Vēlams ņemt visus veiktos kaulu blīvuma izmeklējumus kopā ar slēdzieniem (un arī to kopijas).
3. Līdzī jāņem asins analīžu rezultāti (ne vecākus kā 6 mēnešus pirms vizītes): D₃ vitamīns, kalcijs, fosfors, kreatinīns, ALAT, sārmainā fosfatāze, tireotropais hormons (TSH), glikoze, pilnā asins aina ar EGĀ. Šo analīžu nosūtījumu uz laboratoriju var izrakstīt ģimenes ārsts vai pacients pats var vērsties laboratorijā bez nosūtījuma.
4. Paņemiet līdzī arī izrakstus no slimnīcām un stacionāriem, apmeklēto ārstu speciālistu konsultācijām (sevišķi svarīgi ir reimatologa, nefrologa, traumatologa, vertebrologa un endokrinologa slēdzieni, ja tādi ir), veikto cita veida izmeklējumu kopijas, piemēram, fibrogastroskopijas, ultrasonogrāfijas, muguras skriemeļu rentgenogrāfijas dati un magnētiskās rezonanses vai datortomogrāfijas dati un citi, ja tādi veikti.
5. Ja ir noticis kaulu lūzums, nepieciešami izmeklējumu slēdzieni, kas apliecina lūzumu esamību.
6. Ja osteoporoze jau iepriekš ir ārstēta, tad pacientam jāzina iepriekš lietoto zāļu nosaukums un lietošanas ilgums (t.sk., ja osteoporozei saņemta ārstēšana ar injicējamiem medikamentiem, jāzina pēdējās injekcijas vai intravenozās ievades datums (vismaz mēnesis un gads)).