Самые полезные витамины для пожилых людей при переломах

На протяжении жизни человека переломы костей случаются не так часто, но, как правило, сопровождаются болями при срастании и требуют длительной реабилитации. В зрелом возрасте переломы костей могут быть связаны не только с внешними механическими повреждениями, но и с особенностями заболеваний человека, такими как остеопороз, нарушения минерального обмена в костях или опухолевые процессы в организме. Для быстрого сращивания костей в частном пансионате для престарелых Киева специалисты назначают прием витаминов, оказывающих воздействие на необходимую функцию организма:  
• остановка развития разрушения костных клеток;  
• снятие боли;  
• ускорение сращивания костей;  
• профилактику появления пористой структуры на кости, наличие которой свидетельствует о каких-либо нарушениях;  
• улучшение иммунитета;  
• стимулирование хрящевой и костной ткани;  
• повышение уровня кальция в организме.

Источником витаминов в первую очередь является сбалансированное питание и диета в период восстановления. Необходимо ежедневное потребление пищи богатой кальцием, витамином D и белком. Список рекомендуемых продуктов:  
• все молочные продукты;  
• орехи и бобовые;  
• овощи, фрукты;  
• морепродукты (омега – 3 в чистом виде);  
• мясо;  
• яйца.  
Противопоказано употреблять жирную пищу, сладости, кофе и крепкий чай, алкоголь.  
В зависимости от места перелома, возраста больного и своевременной репозиции кости специалистом пансионата для пожилых людей Киева, также назначаются медицинские препараты. Некоторые их них могут применяться в комплексе:  
1. Лекарства , имеющие в составе хондроитин  
При первичном образовании костной мозоли назначают средства, имеющие в составе хондроитин сульфат (часто назначаемые - «Терафлекс» или «Хондроитин»), являющиеся главными строительными элементами хряща. Они необходимы для:  
• стимулирования активного периода наращивания хрящевой ткани;  
• влияния на нормальное питание костной ткани;  
• уравнивают в соответствии с нормой минеральную плотность для новой костной ткани.  
2. Препараты кальция и с содержанием кальция  
В лечение переломов зачастую назначают витамин кальций. Один из наиболее эффективных действий кальция наблюдается при заболеваниях, связанных с хрупкостью костной ткани. При переломах применяют несколько видов препарата с этим веществом:  
• Односоставляющие препараты (содержат только один компонент - соли кальция);  
• Комбинированные препараты (содержат витамины, а также минералы, способствующие усвоению кальция в организме);  
• Поливитамины, в состав которых входят органические витамины и соли кальция.  
Противопоказаниям к потреблению кальция является высокая чувствительность к компонентам и повышенное содержание кальция в крови, медицинское название данного отклонения - гиперкальциемия  
При долгом применении препаратов, нужен постоянный контроль уровня минералов в крови и моче. При противопоказаниях или невозможностью использования препаратов в совокупностью с витамином Д или препараты, содержащие метаболит витамина Д – омега 3.  
3. Иммуномодуляторы  
Такие препараты используются для стабилизации иммунной системы. Обычно они назначаются при открытых переломах, так как возможен риск появления инфекции. Также необходим после хирургических операций с установкой имплантатов. К этой группе лекарственных средств относят: «Левамизол», «Тималин», «Пирогенал». Для быстрого восстановления костной ткани применяют анаболические гормоны.  
В завершении лечения в интернате для престарелых Киева, обязательно необходим курс физиолечения: УВЧ, электрофорез. Также применяются мази,крема и гели для снятия отечности.