

## הרצאה – בכנס האגוד הישראלית לגריאטריה 2008

### מגיני ירכיים כאמצעי יעיל למניעת שברים בצוואר הירך בקשישים תשושי נפש

ד"ר דורון גרפינקל, ד"ר זוריאן רדומיסלסקי, ד"ר יהושע בן ישראל

מחלקת אבחון ושיקום והיחידה הפליאטיבית,  
שהם המרכז המשולב לרפואת הגיל השלישי, פרדס חנה

**רקע:** העלייה התלויה בגיל בשכיחות נפילות, איבוד סידן ושיטיון גורמת לעלייה תלולה בשכיחות שברים בחוליות ובצוואר הירך - בקשישים בכלל ובחולי שיטיון שאינם סיעודיים בפרט. בשנים האחרונות הוכנסו לשימוש בעולם מגיני ירכיים (מ"י) שמטרתם להקטין מספר השברים בצוואר הירך (שצ"י) כתוצאה מריבוי הנפילות.

**מטרות:** היפותזת המחקר הייתה כי שימוש קבוע במ"י יוריד שכיחות שצ"י בחולים קשישים עם שיטיון במחלקות לתשושי נפש. במחלקות הסגורות בשהם בהם מאושפזים בכל זמן נתון 90 - 110 קשישים תשושי נפש בהם הסיכון לנפילות ולשברים גבוה - הוחלט בשנים האחרונות לספק לכולם מ"י במטרה להקטין מספר שצ"י.

**חולים ושיטות:** החל משנת 2001 התחלנו לבצע תיעוד מדויק לגבי כל נפילה ושבר שארעו לחולים עם שיטיון במחלקות לתשושי נפש. כל מטופל שנפל נבדק ע"י אחות מוסמכת ורופא, פרטי האירוע ותוצאיו (כולל שברים שונים) נרשמו בגיליון מיוחד. כל חברי הצוות הבין תחומי קיבלו הדרכה בנושא איבוד סידן, החשיבות במניעת נפילות והנזקים הכרוכים ב שצ"י. החל מינואר 2004, הצענו לכל האפוטרופסים (המשפחות) להלביש מגן ירכיים מסוג HIP SAVER למטופל שבאחריותם. מ"י בנויים כתחתונים בהם מעל הטרוכנטרים קיים ריפוד חצי קשיח אלסטי שתפקידו להגן על הטרוכנטר ולפזר וקטור המכה לשטח נרחב יותר, תוך החלשת עוצמת המכה בזמן נפילה. מ"י קל לשימוש וניתן לרצח במכונת הכביסה של המחלקה. לכל מטופל הותאמו שני זוגות מ"י לפי מידתו. מ"י נלבשו משך 24 שעות ביממה והוחלפו כל יומיים. עובדת לבישת מ"י דווחה לגבי כל מטופל ותועדה בכתב כחלק מהדווח השגרתי בכל משמרת. חולים שהאפוטרופוס שלהם סרב לאשר שימוש במ"י שימשו כקבוצת הביקורת, כמו גם חולים עם היענות גרועה (סירוב המטופל לבוש מ"י למרות ניסיונות שכנוע והלבשה חוזרים של הצוות משך לפחות שבוע).

**תוצאות:** נסקרו 228 תיקים של קשישים תשושי נפש (152 נשים, 76 גברים) שאושפזו במרכז שהם בין ינואר 2001 לדצמבר 2006. 149 מסך החולים (66.5%) נפלו לפחות פעם אחת במהלך אשפוזם (ללא הבדל משמעותי בין המינים). הצוות שלנו הצליח להגיע להיענות של 70 - 80 אחוז לבישת מ"י 24 שעות ביממה (אחוז גבוה מאד בהתייחס לספרות העולמית). 106 מטופלים לבשו מ"י באופן קבוע לתקופה כוללת של 1905 חודשים (ממוצע לבישת מ"י  $11.28 \pm 17.96$  חודשים), מתוכם 63 מטופלים שהיו מאושפזים לפני ינואר 2004 טרם הכנסת מ"י לשימוש. 100 מטופלים באותן מחלקות לא לבשו מעולם מ"י. ביחד עם חודשי לבישת מ"י ע"י 63 המטופלים שהיו במחלקות לפני ינואר 2004, מספר החודשים הכולל של מטופלים שלא לבשו מ"י הגיע ל - 3136 (ממוצע מעקב למטופלים ללא מ"י  $15.06 \pm 19.24$  חודשים).

לא היה הבדל משמעותי בין הקבוצות שלבשו/לא לבשו מ"י מבחינת גיל, מין, מחלות רקע, ממצאי המעבדה ותרופות. לא היה הבדל בין קבוצת המחקר לקבוצת הביקורת לגבי שכיחות הנפילות. מאידך, נמצאה ירידה משמעותית בשכיחות השצ"י בקבוצת לובשי מ"י יחסית לקבוצת הביקורת: בקבוצה שלא לבשו מ"י היו 323 נפילות שגרמו ל- 14 שברי צוואר הירך (4.3%) ובקבוצת המטופלים שלבשו מ"י, 260 נפילות ומתוכם רק שני שברים (0.8%). ההבדל היה משמעותי סטטיסטית ( $p < 0.007$ ). התוצאות פורסמו לאחרונה\*.

#### מסקנות:

מגיני ירכיים מהוים אמצעי פשוט ויעיל למניעת שברים בצוואר הירך כתוצאה מנפילות בחולים תשושי נפש. אין הסכמה לגבי יעילות מגיני הירכיים בקשישים תשושים או עצמאיים בקהילה בהם קיימת בעייה קשה של היענות (COMPLIANCE) ללבישת מ"י בעיקר 24 שעות ביממה. ברם, ללא ספק יש לשקול אמצעי זה גם בקשישים ובעיקר תשושים (FRAIL) בקהילה בניסיון למנוע את הסבל, המוגבלות והנטל הכלכלי-חברתי של השברים בצוואר הירך.

=====  
\* Garfinkel D, et. al. High efficacy for hip protectors in the prevention of hip fractures in elderly people with dementia. J Am Med Direc Ass; 9: 313 - 318, 2008.