

# COVID-19 Dan Osteoporosis

MAC 25, 2019

Sila ambil langkah berjaga-jaga dan peka terhadap informasi terkini. Di sini, kami menyediakan maklumat berguna untuk golongan tua dan golongan yang mengalami masalah osteoporosis.

Dengan penularan COVID-19 secara berleluasa, IOF berharap anda dan keluarga anda tetap selamat dan sihat.

Sila ambil perhatian bahawa golongan tua dan golongan yang mengidapi penyakit kronik seperti kencing manis, penyakit paru-paru, jantung atau buah pinggang, adalah lebih berisiko tinggi untuk mengalami komplikasi serius daripada penyakit COVID-19. Kami menggesa supaya anda sentiasa berada dalam keadaan selamat dengan mengambil langkah-langkah berjaga-jaga yang disarankan oleh pihak berkuasa kesihatan di negara anda. Laman web Organisasi Kesihatan Sedunia memberi maklumat penting tentang cara-cara melindungi diri anda, nasihat perjalanan serta panduan-panduan lain : [Who Wabak Penyakit Coronavirus \(COVID-19\)](#)

Kami ingin memberi keyakinan serta memaklumkan kepada golongan yang mengalami osteoporosis dan golongan yang mengambil ubat untuk rawatan osteoporosis bahawa osteoporosis tidak akan meningkatkan risiko anda dijangkit coronavirus atau komplikasi serius.

Walau bagaimanapun, adalah amat penting untuk **sesiapa yang mengalami osteoporosis untuk kekal bebas daripada keretakan tulang** pada masa ini. Sistem perkhidmatan kesihatan kini terbatas dan saranan umum menyeru orang ramai agar mengelakkan daripada membuat kunjungan ke hospital and pejabat doctor kecuali jika perlu.

- Pencegahan daripada kejatuhan adalah penting : pastikan persekitaran rumah bebas daripada halangan.
- Jangan menghentikan pengambilan rawatan osteoporosis (termasuk ubat tambahan kalsium and vitamin D) yang diberi dan sila berbincang dengan doctor jika anda mempunyai sebarang kebimbangan.
- Jika pihak hospital atau kerajaan menasihati anda untuk duduk di rumah dan/atau anda bimbang untuk mengunjungi pejabat doktor atau hospital, atau anda perlu pengisian preskripsi, sila buat pengaturan melalui temujanji telefon.
- Teruskan hubungan sesama keluarga dan rakan-rakan anda melalui telefon atau e-mel – pengasingan fizikal tidak bermakna pengasingan sosial!
- Jangan teragak-agak untuk meminta bantuan bagi membeli-belah, mengisi preskripsi atau tugas-tugas lain.

Jika temujanji dengan doktor untuk suntikan atau infusi rawatan osteoporosis dibatalkan atau anda tidak sihat untuk mengambil ubat pada masa ini, penangguhan pengambilan ubat secara sementara tidak akan memberi kesan jangka panjang terhadap kesihatan tulang. Namun, jika anda mengambil Denosumab, adalah penting untuk memastikan suntikan seterusnya tidak ditangguhkan lebih dari empat minggu, memandangkan faedah-faedahnya hilang dengan cepat. Pastikan anda menghubungi doktor anda dan menjadualkan semula temujanji secepat mungkin supaya faedah daripada rawatan

dikekalkan. Jika anda berasa tidak sihat and terlepas mengambil ubat, jangan lupa meneruskan dos biasa anda sebaik sahaja anda berasa sihat kembali. Untuk maklumat lebih lanjut, [sila klik di sini](#).

Maklumat yang berkaitan dengan negara anda mungkin disediakan oleh kumpulan osteoporosis tempatan (sila lihat senarai [anggota-anggota kumpulan IOF](#)), termasuk dari [Kumpulan Osteoporosis Negara \(USA\)](#), [Kumpulan Osteoporosis Diraja \(UK\)](#) dan [Kumpulan Osteoporosis Ireland](#).

Marilah kita bersama-sama kekal sihat dan bebas daripada keretakan tulang dengan mengikuti panduan kritikal yang akan membantu melindungi golongan tua dan golongan yang lebih berisiko kepada kesan virus global ini.