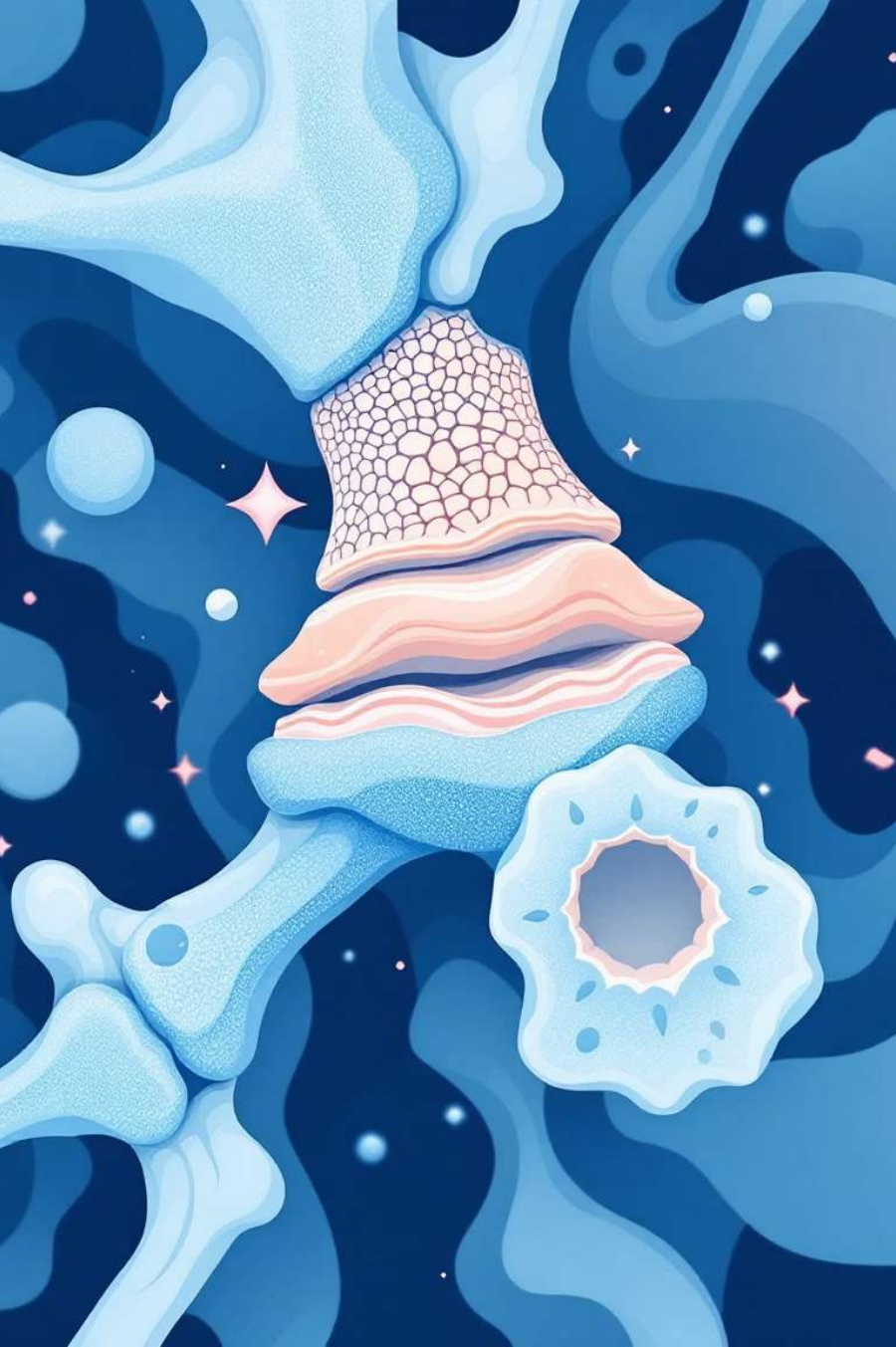




# Ostéoporose : Diagnostic Infirmier & Plan de Soins

Guide complet pour l'élaboration d'un plan de soins infirmiers efficace pour les patients atteints d'ostéoporose.



# Qu'est-ce que l'ostéoporose ?

L'ostéoporose est un trouble osseux où la résorption osseuse devient plus rapide que la formation, entraînant une perte de densité et une fragilisation des os. Les os perdent du calcium et des phosphates, devenant poreux et susceptibles de se fracturer facilement.

## Deux types principaux :

- Primaire : ostéoporose postménopausique
- Secondaire : causée par maladie, carence ou médicaments

# 1

## Maladie métabolique osseuse

La plus fréquente aux États-Unis

# Objectifs du Traitement Médical



## Ralentir la perte osseuse

Prévenir la détérioration progressive du tissu osseux



## Contrôler la douleur

Gérer les symptômes douloureux chroniques



## Prévenir les fractures

Réduire le risque de fractures futures

Une prise en charge efficace combine traitements médicamenteux, modifications du mode de vie et stratégies infirmières adaptées.

# Plans de Soins Infirmiers

01

## Promotion de la mobilité

Activité physique adaptée et sécurisée

02

## Prévention des chutes

Environnement sécurisé et aides techniques

03

## Gestion de la douleur

Approches pharmacologiques et non-pharmacologiques

04

## Éducation nutritionnelle

Calcium, vitamine D et habitudes de vie

05

## Prévention des complications

Surveillance et suivi personnalisé

# Priorités en Soins Infirmiers



## Évaluation et surveillance

Densité osseuse et risque de fracture



## Gestion de la douleur

Favoriser mobilité et indépendance



## Soutien émotionnel

Information et accompagnement



## Environnement sécurisé

Limiter les risques de chutes



## Éducation du patient

Changements du mode de vie



## Collaboration interdisciplinaire

Suivi global et personnalisé



# Évaluation Infirmière : Signes Cliniques

## Posture voûtée

Perte de taille progressive et cyphose  
(bosse de la veuve)

## Fractures fréquentes

Après traumatismes mineurs : colonne,  
hanches, poignets, côtes

## Douleurs dorsales

Liées aux fractures vertébrales par  
compression

Surveillance de la densité minérale osseuse (DMO), mobilité réduite et fragilité osseuse progressive.

# Facteurs de Risque à Identifier

## **Perte osseuse accélérée**

Résorption supérieure à la formation

## **Carences nutritionnelles**

Calcium et vitamine D insuffisants

## **Sarcopénie**

Perte de masse et force musculaire

## **Polypharmacie**

Interactions médicamenteuses et effets indésirables

## **Antécédents de fractures**

Risque accru de nouvelles fractures



# Objectifs de Soins et Résultats Attendus



## Maintenir la mobilité

Fonctionnelle malgré la progression



## Prévenir complications

Escarres, thromboses, constipation



## Apport nutritionnel

Calcium et vitamine D suffisants



## Renforcer muscles

Exercices adaptés réguliers

Assurer une prise correcte des traitements et favoriser une coordination optimale des soins avec suivi médical centralisé.

# Interventions Infirmières Essentielles

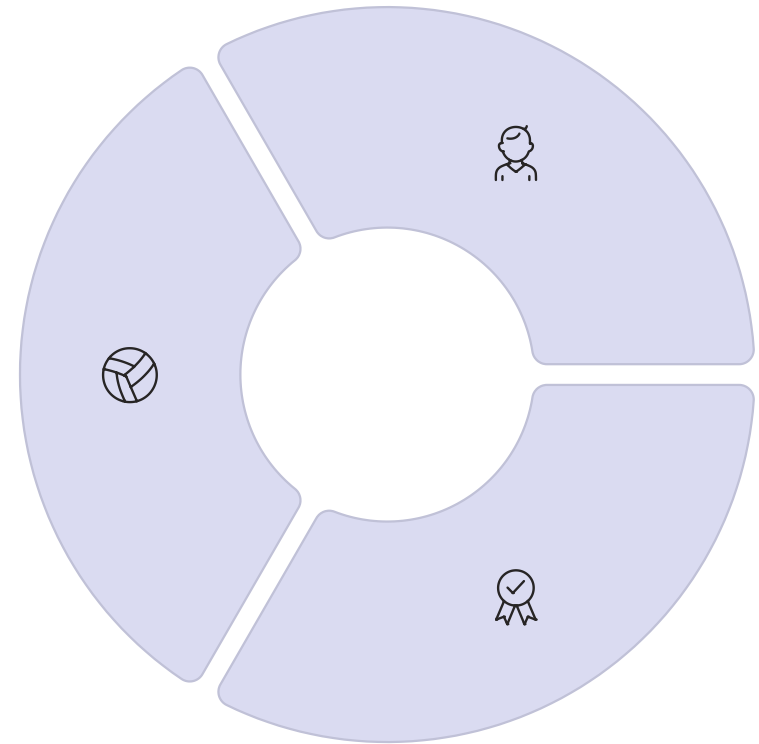
- 1 Favoriser la mobilité physique**  
Évaluer capacités fonctionnelles, exercices ROM, aides à la mobilité, repositionnement toutes les 2h
- 2 Optimiser l'équilibre nutritionnel**  
Diète riche en calcium, vitamine D et protéines. Limiter alcool et caféine. Collaboration avec diététicien
- 3 Prévenir intoxications médicamenteuses**  
Révision des médicaments, surveillance biologique, éducation sur posologie et effets secondaires
- 4 Renforcer connaissances et autogestion**  
Éducation sur économie articulaire, exercices adaptés, modifications domicile, suivi régulier
- 5 Gestion de la douleur**  
Modalités non pharmacologiques (compresses, relaxation) et analgésiques prescrits. Environnement adapté

# Conclusion : Une Prise en Charge Globale

L'ostéoporose est une affection silencieuse mais lourde de conséquences. La prise en charge repose sur la **prévention**, le **dépistage précoce** et une combinaison de traitements médicaux, nutritionnels et éducatifs.

Les soins infirmiers occupent une place essentielle pour soulager la douleur, maintenir la mobilité, prévenir les chutes et favoriser l'autogestion de la maladie.

*L'éducation, la prévention et un suivi adapté demeurent les clés d'une prise en charge efficace et durable.*



## Collaboration

Équipe pluridisciplinaire



## Implication

Patient et famille



## Qualité de vie

Amélioration continue