

**Kosti se lome** ukoliko ne mogu da izdrže pritisak koji se na njih vrši. Prelomi mogu biti izazvani direktnim ili indirektnim delovanjem neke sile: prilikom pada, nesrećnog slučaja i sl.

Ukoliko je oslabljena otpornost kostiju, naprimer kod osteoporoze, onda je dovoljno i minimalno opterećenje. Kod starijih ljudi, čak posle bezazlenog pada, može da dođe do preloma, obično, karlične kosti. O otvorenom prelomu se govori onda kada povređena kost probija kožu iznad nje. To se često događa prilikom preloma potkolenice, zbog toga što je na tom mestu koža direktno iznad kosti.

**Najčešća mesta preloma su:** žbica iznad radiokarpalnog zgloba, ključna kost, podlaktica, potkolenica, karlica.

**Komplikacije su:** kod otvorenih preloma – osteomijelitis (gnojna upala kostiju), sindrom pritiska kod zategnutog gipsanog poveza, koji dovodi do odumiranja mišića i nerava, skraćenje ligamenata i tetiva, Sudekov sindrom – poremećaj u snabdevanju krvlju i metabolizmu u oblasti preloma, artroza, usporen rast kostiju, naročito kod dece. Prelomi kostiju zarastaju dobro samo ako su iznad i ispod preloma imobilisana dva susedna zgloba pomoću gipsa, plastične mase, konstrukcija za istezanje s tegovima, aparata s Ilizarovim aparatom, hirurškim ubacivanjem specijalnih metalnih šipki i drugih spojeva, uključujući i ona iz koštanog tkiva.

Obično zarastanje formiranjem koštane «kvrge-kalusa» traje dugo – od 3 nedelje do 3 meseca. Da bi se brže i kvalitetnije obrazovao koštani kalus potreban je kalcijum, magnezijum, cink, fosfor, vitamini C i D.

## BIOKOREKCIJA PRELOMA KOSTIJU

Prva faza – korekcija metabolizma u tkivima koštanim i hrskavice.

«BIOKALCIJUM» 1 kesicu praška razmutiti sa 250 ml čaja od šipka (20 zrnaca da odstoji u termosu 12 sati u 1 litri vode) uzimati ujutru 30 min pre doručka, piti malim gutljajima.

«BIOCINK» po 3 kapsule, 1,5h posle večere, popiti sa 250 ml vode.

«SPIRULINA» 2x po 3 kapsule u 9 i u 17h popiti sa čašom vode

Predviđena doza za kuru – 20 dana.

Druga faza -

4. «HITZAN» po 2 kapsule uveče 30 min pre jela popiti sa 250 ml pročišćene vode u trajanju 7 dana, zatim uzimati po 3 kapsule u narednih - 10 dana i tokom sledećih 14 dana po 4 kapsule.

5. «DIGEST» uzimati posle svakog obroka, nezavisno od perioda aktivnosti meridijana, dobro sažvakati. Popiti sa ½ -1 čaše vode.

6. «KANLI» uzimati 1 kapsulu 2 x na dan sa 0.5-1 čašom mlake vode.

7.«BIOKALCIJUM» 1 kesicu praška razmutiti sa 250 ml čaja od šipka (20 zrnaca da odstoji u termosu 12 sati u 1 litri vode) uzimati ujutru 30 min pre doručka, piti malim gutljajima.

Predviđena doza za kuru – 1 mesec.

Trajanje osnovnog programa korekcije – 1 mesec.