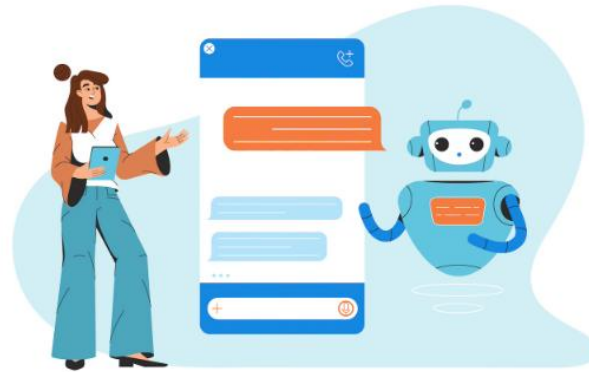


Chatbot – osteoporos.org

Fråga vår chatbot om osteoporos



Information om vår Chatbot

Vår chatbot är baserad på artificiell intelligens. Den är tränad specifikt på osteoporos på information, vårdprogram och riktlinjer från bland annat 1177, Läkemedelsverket, Socialstyrelsen, Livsmedelsverket, eFyss, Internetmedicin, Viss.nu och SVOS (Svenska Osteoporossällskapet).

Chatboten kan besvara frågor om osteoporos och ger generell information om benskörhet och dess behandling, men **ska aldrig ersätta kontakt med vården**. Vid misstänkt sjukdom, kontakta din vårdgivare. Informationen du uppger i chatten lagras för förbättring av chatboten. Tänk därför på att aldrig uppge känsliga personuppgifter.

Tanken med chatboten är att du ska kunna få svar på frågor och därmed komma stärkt till ditt nästa vårdbesök. Den bidrar på det viset till att stärka dig och din egenmakt.

Chatboten är under ständig utveckling och träning.

För mer information: <https://www.osteoporos.org/chatbot-om-osteoporos/>

Exempel på frågor och svar via vår Chatbot

FRÅGA: Ska man göra en bentäthetsmätning i samma maskin som tidigare?

SVAR: Ja, det är bäst att göra bentäthetsmätningar i samma maskin som tidigare, om möjligt. Detta beror på att olika maskiner kan ha olika inställningar och kalibreringar, vilket kan leda till variationer i resultaten. Genom att använda samma maskin kan du få mer exakta jämförelser av bentätheten över tid. Om det inte är möjligt, diskutera med din läkare hur resultaten kan tolkas.

FRÅGA: Finns det något samband mellan Osteoporos och Artros?

SVAR: Osteoporos och artros är två olika tillstånd, men båda påverkar skelettet och lederna. Osteoporos innebär att benvävnaden blir mindre tät och därmed svagare, vilket gör att man lättare kan få frakturer. Artros å andra sidan påverkar lederna och innebär att brosket bryts ner, vilket kan leda till smärta och stelhet i lederna. Det finns inget direkt samband mellan de två tillstånden, men det är möjligt att en person kan ha båda samtidigt, särskilt eftersom båda är vanligare hos äldre personer. Det är viktigt att behandla och hantera varje tillstånd separat och i samråd med vårdpersonal för att förbättra livskvaliteten och minska symtomen.

Exempel på frågor och svar via vår Chatbot

FRÅGA: Hur ofta ska man göra en bentäthetsmätning?

SVAR: I regel görs bentäthetsmätningar ungefär vartannat år, eftersom förändringar i bentäthet ofta är små och tar tid att utvecklas. Det kan dock finnas skäl att göra mätningar oftare, till exempel om du nyligen har påbörjat behandling med vissa läkemedel eller om du har särskilda riskfaktorer som påverkar bentätheten. Din läkare kan ge dig råd om hur ofta du bör göra en mätning baserat på din specifika situation och hälsa.

FRÅGA: Jag är 62 år och har krympt 5 cm. Kan det vara osteoporos?

SVAR: Ja, en minskning i kroppslängd kan vara ett tecken på kotkompressioner, vilket är vanligt vid osteoporos. När man krymper mer än 3 cm före 70 års ålder, eller mer än 5 cm efter 70 års ålder, kan det vara en riskfaktor för osteoporos. Det är viktigt att prata med en läkare som kan göra en bedömning och eventuellt rekommendera en bentäthetsmätning för att se om osteoporos ligger bakom längdminskningen.