

Veillez remplir le verso.

Un BIPHOSPHONATE n'a pas été prescrit parce que le chirurgien estime que ce médicament n'est pas indiqué ou approprié pour l'instant.

Vous avez reçu une ordonnance d'un mois pour la sortie de l'hôpital. Veuillez fixer un rendez-vous avec votre médecin de famille ou une infirmière pratique (pas le chirurgien orthopédiste) pour un suivi et d'autres ordonnances, le cas échéant, car il ou elle sera responsable de vos soins futurs. Si vous n'avez pas de médecin de famille (ou fournisseur de soins primaires), veuillez composer le 204-786-7111 pour obtenir de l'aide pour trouver un médecin ou une infirmière pratique. Votre fournisseur de soins primaires est responsable de surveiller votre traitement (et non votre chirurgien orthopédiste).

ALENDRONATE (70 mg). Ce médicament, appelé un bisphosphonate, a été commencé pour aider à prévenir les fractures à l'avenir. Prenez-le par voie orale UNE FOIS par semaine à jeun (c.-à-d. 1 heure avant le déjeuner). Il est important de boire 1 tasse (250 ml) d'eau avec le médicament et de rester debout (ne pas se fléchir, ne pas se coucher) pendant au moins une demi-heure après avoir pris le médicament. Veuillez consulter la fiche de renseignements d'Osteoporose Canada : Les traitements pharmacologiques : Leur rôle dans le traitement de l'ostéoporose et la réduction de fracture.

Pour l'instant, le CALCIUM et/ou la VITAMINE D n'ont pas été administrés parce que d'autres tests pourraient être nécessaires ou que ces produits n'ont pas été indiqués.

Continuez de prendre du calcium et de la vitamine D, comme avant votre admission.

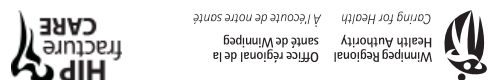
VITAMINE D (1000 unités internationales). Prenez UN comprimé UNE FOIS par jour.

CALCIUM (élémentaire – comprimés de 500 mg). (Vous devez prendre la vitamine D et le calcium en même temps). Prenez UN comprimé UNE FOIS par jour avec de la nourriture. Chaque comprimé de calcium élémentaire de 500 mg est équivalent au carbonate de calcium de 1250 mg administré à l'hôpital.

Vous vous êtes cassé une hanche. Vous pourriez faire de l'ostéoporose et être à risque de subir d'autres fractures, à l'avenir. Pendant votre hospitalisation, votre chirurgien orthopédiste a commencé le traitement suivant pour la santé de vos os dans le but de prévenir des fractures à l'avenir.

## Lettre au patient et sa famille sur l'ostéoporose et la santé de vos os

Lettre au patient et sa famille sur l'ostéoporose



Osteoporosis Letter for Patient/Family

## Your Hip Fracture and Your Bone Health

You have had a broken hip. You may have osteoporosis and be at risk for future broken bones called fractures.

While in hospital, your orthopaedic surgeon has started the following treatment for your bone health to help prevent future fractures.

**CALCIUM** (elemental – 500 mg tablets). (**Vitamin D and Calcium should be taken at the same time**). Take **ONE** tablet **ONCE** a day with food. Each 500 mg tablet of elemental calcium is equivalent to calcium carbonate 1250 mg provided in hospital.

**VITAMIN D** ( 1000 international units). Take **ONE** tablet **ONCE** a day.

Continue **Calcium** and **Vitamin D** as prior to admission

**CALCIUM** and/or **VITAMIN D** are not being given to you at this time because further tests may be required or it was not indicated for you to take.

**ALENDRONATE** (70 mg). This medication, called a **bisphosphonate**, has been started to help prevent future fractures. Take by mouth **ONCE** per week on an empty stomach (i.e. 1 hour before breakfast). **It is important to ensure you drink 1 cup (250 mL) of water with the medication and ensure you remain upright (no bending or lying down) for at least ½ hour after the medication. Please refer to the factsheet developed by Osteoporosis Canada entitled “Drug Treatments, Their Role in Fracture Reduction and Treatment of Osteoporosis”.**

A discharge prescription has been given to you for one month. Please book an appointment with your family doctor or nurse practitioner (not your orthopaedic surgeon) for medical follow-up and future prescriptions, should he/she feel it is indicated, as he/she will be responsible for your continued care.

**If you do not have a family doctor (also called a Primary Care Provider), please call 204-786-7111 to assist you in finding a doctor or a nurse practitioner. It is your Primary Care Provider's responsibility to monitor treatment (and not your orthopaedic surgeon).**

A **BIPHOSPHONATE** has not been given to you because the surgeon does not feel it is indicated or appropriate for you at this time to take.

# Your Hip Fracture and Your Bone Health

Your orthopaedic surgeon recommends that you do the following:

- Visit your family doctor or nurse practitioner and discuss the medications** started in hospital to prevent future fracture (if applicable). Your family doctor or nurse practitioner (not your orthopaedic surgeon) is the person who will be providing further prescriptions for your medications. **If medications were not started, ask your family doctor or nurse practitioner if treatment options for osteoporosis are advised.**
- Make sure to take the Primary Care Provider letter provided by the hospital to your next appointment with your family doctor or nurse practitioner.**
- Discuss having your Primary Care Provider arrange bone density testing if not already arranged through the hospital.
- Review the Winnipeg Regional Health Authority handout “Your Home Safety Checklist” that provides tips on improving your home safety to help prevent you from future falls.
- Call Osteoporosis Canada in Winnipeg at 204-772-3498 or toll free at 1-800-463-6842 to get more information on osteoporosis or visit their website at [www.osteoporosis.ca](http://www.osteoporosis.ca). While on the website, be sure to visit the Canadian Osteoporosis Patient Network (COPN).**

Additional Resources:

**Osteoporosis Canada Manitoba Chapter**

Phone: 204-772-3498

Fax: 204-772-4200

Email: [manitoba@osteoporosis.ca](mailto:manitoba@osteoporosis.ca)

<http://www.osteoporosis.ca/manitoba>

**Osteoporosis Canada factsheet**

**“Drug Treatments, Their Role in Fracture Reduction and Treatment of Osteoporosis”**

[http://www.osteoporosis.ca/wp-content/uploads/Drug\\_Treatments\\_September\\_2013\\_EN.pdf](http://www.osteoporosis.ca/wp-content/uploads/Drug_Treatments_September_2013_EN.pdf)

**WRHA Staying on Your Feet**

[http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/preventinj/prevent\\_falls.php](http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/preventinj/prevent_falls.php)

**Staying on Your Feet**

<http://www.preventfalls.ca/>

**WRHA Checklist to Prevent Falls**

[http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/preventinj/files/SOYF\\_FallPrevChecklist\\_E.pdf](http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/preventinj/files/SOYF_FallPrevChecklist_E.pdf)

**WRHA Your Home Safety Checklist**

[http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/preventinj/files/SOYF\\_HomeSafetyChecklist.pdf](http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/preventinj/files/SOYF_HomeSafetyChecklist.pdf)

**WRHA Nutrition & Food Services Resource Page for Older Adults**

<http://www.wrha.mb.ca/prog/nutrition/stages-seniors.php>

## et la santé de vos os

# Votre fracture de la hanche

Lettre au patient et sa famille sur l'ostéoporose

*http://www.preventfalls.ca/*  
**Pour rester sur pied**  
*http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/prevent\_falls-f.php*  
**Rester sur vos deux pieds, l'ORSW**  
*http://www.osteoporosecanada.ca/wp-content/uploads/Drug\_Treatments\_Septembre\_2013\_FR.pdf*  
**Les traitements pharmacologiques : Leur rôle dans le traitement de l'ostéoporose et la réduction de fracture**  
**Fiche de renseignements d'Ostéoporose Canada**  
*http://www.osteoporosis.ca/manitoba*  
 Courriel : [manitoba@osteoporosis.ca](mailto:manitoba@osteoporosis.ca)  
 Télécopieur : 204-772-4200  
 Téléphone : 204-772-3498  
**Ostéoporose Canada, section du Manitoba**  
 Ressources supplémentaires :

Consultez votre médecin de famille ou infirmière et discutez des médicaments que vous avez commencés à prendre à l'hôpital pour prévenir les fractures à l'avenir (le cas échéant). Votre médecin de famille ou infirmière (pas le chirurgien orthopédiste) vous fournira les ordonnances à l'avenir. Si vous n'avez pas commencé à prendre les médicaments, demandez à votre médecin de famille ou infirmière pratique s'il ou si elle recommande des traitements contre l'ostéoporose.

Assurez-vous d'apporter la lettre adressée au fournisseur de soins primaires, fournie par l'hôpital, à votre prochain rendez-vous avec votre médecin de famille ou infirmière pratique.

Discutez avec votre fournisseur de soins primaires d'un rendez-vous pour vous faire subir un test de densité osseuse si celui-ci n'a pas déjà été fixé par l'hôpital.

Lisez la Liste de vérification de votre sécurité à domicile de l'Office régional de la santé de Winnipeg. Cette liste offre des conseils sur l'amélioration de la sécurité chez vous afin de prévenir les chutes.

Appelez Osteoporose Canada à Winnipeg en composant le 204-772-3498 ou le 1-800-463-6842 (sans frais) pour obtenir plus d'information sur l'ostéoporose ou visitez le site Web à [www.osteoporosis.ca](http://www.osteoporosis.ca). Vous trouverez aussi dans ce site Web le Réseau canadien des personnes atteintes d'ostéoporose (RCPO).

Votre chirurgien orthopédiste vous recommande les mesures suivantes :