

INFORMACJA PRASOWA

Osteoporoza – podstępny wróg

Osteoporozę (dawna nazwa: zrzeszotnienie kości) charakteryzuje osłabieniem układu kostnego człowieka. Wbrew powszechnej opinii, choroba ta nie dotyczy tylko i wyłącznie kobiet w okresie przekwitania, ale także mężczyzn. Chorować mogą także ludzie bardzo młodzi. Według jednej z definicji, schorzenie to charakteryzuje się niską masą kostną, upośledzoną strukturą kości, a to z kolei prowadzi do ich osłabienia i większej podatności na złamania.

W Polsce chorobą tą zagrożonych jest prawdopodobnie aż 9 milionów osób, które najczęściej dowiadują się o chorobie dopiero gdy dojdzie do złamania.

Z danych Śląskiego Centrum wynika, że zwiększa się liczba chorych hospitalizowanych w szpitalach województwa śląskiego z powodu osteoporozy ze złamaniem patologicznym – mówi Ryszard Majer, dyrektor Śląskiego Centrum. - W 2002r. hospitalizowanych było 495 osób ,w tym 233 –ze złamaniem patologicznym, a w 2007r. 543, w tym 300 ze złamaniem patologicznym.

Wśród hospitalizowanych na osteoporozę przeważają kobiety.

W 2002r. hospitalizowano 108 mężczyzn i 387 kobiet, a w 2007r. 63 mężczyzn i 480 kobiet.

Do przyczyn wystąpienia osteoporozy pierwotnej należą: menopauza (zwłaszcza wczesna) oraz zaawansowany wiek

Czynniki ryzyka wystąpienia osteoporozy:

- uwarunkowania genetyczne
- szczupła budowa ciała
- nieprawidłowa dieta (uboga w białko i wapń)
- długotrwałe unieruchomienie, które może spowodować zmiany osteoporotyczne nawet u młodych osób
- picie alkoholu

- palenie papierosów
- nadmierne spożywanie kawy
- przyjmowanie leków: kortykosteroidów, nasennych, hormonalnych
- inne choroby: cukrzyca, reumatoidalne zapalenie stawów, kamica nerkowa

Bardzo ważną rolę odgrywają hormony, które działają ochronnie, a ich niedobór sprzyja rozwojowi choroby:

- estrogen u kobiet
- testosteron u mężczyzn

W początkowej fazie, choroba przebiega bezobjawowo.

Do najczęstszych objawów klinicznie jawnej osteoporozy należą:

- bóle kości długich pod wpływem obciążenia;
- obniżenie wzrostu (złamania kompresyjne kręgow) i ból kręgosłupa oraz powstanie nadmiernej kifozy piersiowej (*garb starczy*)
- złamania kości przy niewielkich urazach (szczególnie niebezpieczne są złamania szyjki kości udowej, ale często łamią się kość ramienna - bliższy odcinek i dalszy kości promieniowej).

W przypadku osteoporozy bardzo ważne są działania profilaktyczne polegające na stosowaniu odpowiedniej diety bogatej w wapń i białko, oraz zaprzestanie palenia tytoniu, spożywania alkoholu, ograniczeniu kawy i napojów gazowanych

W przypadku wykorzystania powyższej informacji prasowej, prosimy o podanie źródła: Śląskie Centrum Zdrowia Publicznego.

ŚCZP Katowice, 24 06 2008 r.

Śląskie Centrum Zdrowia Publicznego

Ul. Dworcowa 17, 40-012 Katowice, Tel. centrali (32) 253-04-26 do 28, Fax 253-04-27