

OSTEOPOROZA jest chorobą szkieletu. W jej wyniku następuje bezbolesne pogorszenie się stanu układu kostnego oraz większa podatność do wystąpienia złamań. Najczęściej są to złamania trzonów kręgowych, kości udowej, kości ramiennej oraz dystalnej części przedramienia. Wczesne rozpoznanie osteoporozy pozwala na wdrożenie odpowiedniego postępowania leczniczego.

PROFILAKTYKA OSTEOPOROZY:

- wczesna **diagnostyka**;
- profilaktyka **antyupadkowa**;
- prawidłowe odżywianie: dostarczanie do organizmu **wapnia** oraz **witaminy D3**, utrzymanie prawidłowej masy ciała;
- systematyczna **aktywność fizyczna**;
- wyeliminowanie używek (alkohol, tytoń);

Badanie gęstości kości – **DENSYTOMETRIA** - umożliwia wykrycie osteoporozy we wczesnym stadium rozwoju. A także pozwala na monitorowanie leczenia i określenia stopnia zaawansowania choroby. Polecana jest osobom po 40. roku życia u których w rodzinie występowała osteoporoza jak również wszystkim kobietom po 50. roku życia i mężczyznom po 55. roku życia.

PRZEBIEG BADANIA:

Samo **badanie** jest krótkie (trwa około 10 minut) i nie wymaga specjalnego przygotowania pacjenta. Najczęściej stosowaną metodą badania jest tzw. dwuwiązkowa absorbcjometria rentgenowska, w której wykorzystuje się bardzo niewielką dawkę promieniowania rentgenowskiego i naświetla promieniami X wybraną okolicę szkieletu. Zalecane jest wykonywanie pomiarów w jednej z 3 okolic, mianowicie:

- w okolicy bliższego odcinka kości udowej (najczęściej wykonywane);
- lędźwiowego odcinka kręgosłupa (alternatywnie dla kości udowej);
- kości przedramienia (gdy nie można wykonać pomiaru w kości udowej i kręgosłupie).

**W OSTEOBUSIE POMIAR WYKONYWANY JEST Z ODCINKA LĘDŹWIOWEGO
KRĘGOSŁUPA.**

PRZECIWWSKAZANIA:

- Badania nie mogą wykonywać kobiety w ciąży.
- Badania nie powinno się wykonywać w ciągu dwóch dni po podaniu środka kontrastowego (np. po tomografii komputerowej z kontrastem).
- Badania nie powinno się wykonywać u osób, które w ostatnim roku miały badanie RTG lub Rezonans.