

ΟΣΤΕΟΠΩΡΩΣΗ

Η οστεοπόρωση είναι η συνηθέστερη μεταβολική πάθηση των οστών. Εμφανίζεται συχνότερα στις γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση.

Είναι μια πάθηση που κάνει τα οστά πιο αδύναμα και πιο εύθραυστα καθώς προκαλεί μείωση της οστικής τους μάζας. Στις περισσότερες περιπτώσεις δεν δίνει κανένα σύμπτωμα. Αρχίζει και δίνει συμπτώματα όταν έχει φτάσει πλέον σε προχωρημένο στάδιο. Τα συμπτώματα αυτά μπορεί να είναι πόνοι στην πλάτη και τα οστά . Σε πιο προχωρημένες καταστάσεις μπορεί να δημιουργούνται και κατάγματα στα οστά , κυρίως στο ισχίο, στον καρπό και στους σπονδύλους. Γι 'αυτό θα πρέπει προληπτικά να κάνουμε εξετάσεις για την οστεοπόρωση. Η κυριότερη εξέταση είναι η μέτρηση της οστικής μάζας που μας δείχνει σε τι κατάσταση βρίσκονται τα οστά μας. Μια εξέταση που πρέπει να γίνεται σε όλες τις γυναίκες που μπαίνουν στην εμμηνόπαυση και να επαναλαμβάνεται μια φορά το χρόνο.

Ποιες γυναίκες έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να εμφανίσουν οστεοπόρωση;

- Οι γυναίκες που μπαίνουν ή βρίσκονται ήδη στην εμμηνόπαυση.
- Οι γυναίκες που ακολουθούν κακή διατροφή. Προσπαθούμε μέσω τις διατροφής μας να προσλαμβάνουμε όσο περισσότερο ασβέστιο γίνεται. Εάν αυτό δεν αρκεί, μπορείτε να λαμβάνετε και συμπλήρωμα ασβεστίου.
- Γυναίκες που έχουν χάσει απότομα βάρος ή ήταν πάντα πολύ αδύνατες .
- Η χρόνια λήψη κορτιζόνης.
- Οι γυναίκες που ακολουθούν αγωγή για διάφορες κακοήθειες παθήσεις.

Κατάταξη της οστεοπόρωσης

Η οστεοπόρωση κατατάσσεται ανάλογα με την αιτία που την προκαλεί. Έτσι έχουμε την πρωτογενή και τη δευτερογενή οστεοπόρωση. Στην πρωτογενή οστεοπόρωση , η νόσος οφείλεται σε φυσιολογικές αλλαγές που συμβαίνουν σε διάφορες φάσεις της ζωής μας (π.χ. εμμηνόπαυση) .Στη δευτερογενή

οστεοπόρωση αιτιολογικός παράγοντας είναι κάποια νόσος (π.χ. ρευματοειδής αρθρίτιδα) ή λήψη φαρμάκων (π.χ. κορτιζόνη, αντιοιστρογόνα κ.).

Η πρωτογενής οστεοπόρωση σε συνέχεια διακρίνεται σε τύπου I (που συμβαίνει μετά την εμμηνόπαυση) και στην τύπου II (γεροντική – με την πάροδο της ηλικίας).

Ποια φάρμακα χρησιμοποιούνται σήμερα για την καλύτερη θεραπεία της οστεοπόρωσης;

- Σκευάσματα ασβεστίου
- Καλσιτονίνη
- Οιστρογόνα σε συνδυασμό με προγεστερόνη

- Φώσφορο και φθόριο
- Σκευάσματα που βοηθούν στο «χτίσιμο» των οστών.