



Проверете личния си риск от остеопороза – ревматолози от УМБАЛ Бургас започват кампания с възможност за безплатно високоспециализирано изследване

Вторник, 20 Октомври 2020

Ревматолозите от УМБАЛ Бургас д-р Мария Недкова и д-р Румяна Христова започват кампания „Заедно за здрави кости“, в която всеки може да провери личния си риск от остеопороза. Тя е посветена на днешния Световния ден за борба с остеопорозата. Кампанията включва оценка на личния риск от остеопороза с едноминутен тест и възможност за безплатно високоспециализирано изследване - DXA (т.нар. „декса“). То ще се прилага на най-заstraшените хора по преценка на ревматолозите. Това е най-точният и единственият признат метод за ефективна диагностика на остеопорозата. С помощта му може да се установи загуба на костна плътност дори по-малка от 2%.

Изследването не се покрива от Здравната каса, но заради значимостта на заболяването, по време на кампанията хората с най-висок фрактурен риск ще получат възможност да се възползват от него безплатно, обясняват ревматолозите. Ще бъдат разяснявани профилактичните мерки, свързани с диетичния режим, физическата активност и начина на живот.

Участието в кампанията е със задължително записване на тел.0886321550 – д-р Мария Недкова или тел. 0878342409 – д-р Румяна Христова.

Остеопорозата е заболяване, което засяга всяка трета жена и всеки пети мъж над 50-годишна възраст, свързана с намалена костна минерална плътност и качеството на костта, което води до намалена здравина на скелета, повишаване на риска от фрактури и ранна инвалидизация.

Загубата на кост няма симптоми и често първият знак за наличието на остеопороза е фрактурата. Наличието на една фрактура увеличава с 86% риска от появата на следващи фрактури и при двата пола. При бедрените фрактури смъртността е 20-24 % в рамките на година след фрактурата. Към 2050 г. се очаква броят на бедрените фрактури в света да нарасне с 310% при мъжете и 240% при жените.

В рисковите групи попадат жените с ранна менопауза – преди 45 г., жените и мъжете в напреднала възраст – над 65 г. при жените и над 70 г. при мъжете, хората с непълноценно хранене и продължително обездвижване. Недостатъчният прием на с храната на белтъчини, на калций и витамин Д, прекомерна консумация на кафе – повече от 3 - 4 кафета дневно, пушенето и прекомерният прием на алкохол също увеличават риска от остеопороза.

Някои заболявания също могат да доведат до загуба на костна плътност – захарен диабет, Базедова болест, ревматоиден артрит, хронични чернодробни, бъбречни заболявания, левкемии и др. Увеличава риска и продължителното лечение с медикаменти – кортикостероиди, антиепилептични лекарства, антикоагуланти, антидепресанти, тиреоидни хормони и пр.