

OSTEOPOROZA

OSTEOPOROZA Proces izgradnje i razgradnje kostiju se kod svakog èovjeka odvija istovremeno, s tim da do 30 godine prevladava izgradnja a nakon 30. godine razgradnja kosti. Šta je osteoporozna - Osteoporozna je proces u toku kojeg kosti postaju slabe, krhke i lako lomljive.

Kod osteoporoze vanjski dio kosti, inaèe èvrsti, postaje tanji i slabiji a unutrašnjost kosti postaje prozirnija i šupljikava. Osteoproza je glavni uzrok preloma kostiju u starijoj dobi, najèešæe kième i kuka. Jedna teæina pacijenata sa prelomom kuka se oporavi, jedna treæina ostanu invalidi a jedna treæina umire od komplikacija preloma. Podjela osteoporoze - Postoji primarna osteoporozna (postmenopauzna i staraèka) i sekundarna, vezana za odreðenu bolest ili upotrebu lijekova. Osteoproza povezana sa menopauzom poznata je kao Tip I primarne osteoporoze i javlja se kod 80% žena a osteoporozna vezana za dob poznata je kao Tip II primarne osteoporoze. Sekundarna osteoporozna je vezana za odreðeni uzrok a ne za životnu dob (najèešæe terapija kortikosteroidima, hormonalnim preparatima, zatim bolesti želudca i crijeva itd.). Ispitivanje koštane gustoæe - Ureðaji kojima se mjeri koštana gustoæa se zovu denzitometri a mogu biti periferni i centralni. Testiranje koštane gustoæe savjetuje se svim osobama starijim od 40 godina, posebno ženama nakon menopauze, osobama koje su imale prelom kostiju te osobama koje imaju poveæane faktore rizika za nastanak osteoporoze. T score oznaèava usporedbu izmeðu gustoæe kostiju ispitivane osobe i prosjeène vrijednosti gustoæe kostiju kod zdravih osoba na vrhuncu njihove koštane gustoæe, tj. sa 30 godina života. T score nam omogućuje standardizaciju rezultata – jedna standardna devijacija je 10 % koštane gustoæe. Rizik od preloma kostiju se udvostruèuje sa svakom standardnom devijacijom. Normalna koštana gustoæa: T = (+1 do –1); Osteopenia - stanje smanjene koštane gustoæe: T = (–1 do –2,5); Osteoporozna: T = (–2,5 i manje); Teška osteoporozna: T = (–2,5 i manje, plus prelom kostiju). Z score oznaèava usporedbu izmeðu vrijednosti gustoæe kostiju ispitivane osoba i prosjeène vrijednosti gustoæe zdravih kostiju osoba iste dobi i težine. Z score otkriva sekundarnu osteoporozu. Testiranje osoba sa zadovoljavajuæom koštanom gustoæom (T score od +1 do –1) se savjetuje nakon 5 godina. Testiranje osoba sa osteopenijom (T score od –1 do –2,5) koji uzimaju lijekove radi prevencije osteoproze se savjetuje nakon godinu dana. Testiranje osoba sa osteoporozom (T score manji od –2,5) koji uzimaju lijekove se savjetuje nakon 6 mjeseci. Prevencija i lijeèenje osteoporoze - Bez obzira da li radimo na prevenciji ili lijeèenju osteoporozna cilj nam je isti: održati kosti zdravim i otpornim na prelome za što je potrebna puna saradnja pacijenta. Za prevenciju osteoporoze nikad nije prerano a za njeno lijeèenje nikad nije prekasno. Uspješan program prevencije ili lijeèenja osteoporoze ukljuèuje nekoliko mjera važnih za zdravlje kostiju (prehrana bogata kalcijem, Vitamin D, redovita fizièka aktivnost, sunèanje, zdrave navike i lijekovi).

Prim. Dr Enver Šabiæ specijalista opšte hirurgije specijalista ortopedije i traumatologije