



osteoporosis australia

Greek  
March 2006

## Διάγνωση της Οστεοπόρωσης

Diagnosing Osteoporosis

### Τι είναι η οστεοπόρωση;

Η οστεοπόρωση είναι μια ασθένεια που τα κόκαλα γίνονται εύθραυστα και ευπαθή. Σπάζουν ευκολότερα από το κανονικό κόκαλο. Ακόμη και ένα μικρό χτύπημα ή μια πτώση μπορούν να προκαλέσουν ένα σοβαρό κάταγμα. Οι μισές από όλες τις γυναίκες και το ένα τρίτο των ανδρών άνω των 60 στην Αυστραλία θα πάθουν κάταγμα λόγω της οστεοπόρωσης.

### Πώς εντοπίζεται η οστεοπόρωση;

Ένας γιατρός θα σας κάνει ένα ιατρικό ιστορικό και θα ρωτήσει αν είχατε ποτέ τυχόν κατάγματα. Γενικά, τα κατάγματα που προκαλούνται από την οστεοπόρωση συμβαίνουν μετά από μια μικρή πρόσκρουση ή πέσιμο, π.χ. πέσιμο κάτω, σκόνταμμα σε σκαλοπάτια ή ακόμα και βήξιμο.

Ο γιατρός θα σας ρωτήσει για οποιουδήποτε παράγοντες κινδύνου που μπορείτε να έχετε και θα μετρήσει το ύψος σας - χάσιμο 3 εκ. στο ύψος μπορεί να σημαίνει ότι είχατε κατάγματα στη σπονδυλική σας στήλη (αυτά τα κατάγματα είναι μερικές φορές ανώδυνα και έτσι μπορεί να μην τα είχατε παρατηρήσει). Ο γιατρός σας μπορεί επίσης να ζητήσει ακτινογραφίες για να ελέγξει για τυχόν κατάγματα κόκαλων στη σπονδυλική στήλη σας. Τα κατάγματα που προκαλούνται από την οστεοπόρωση καλούνται συχνά 'συντριπτικά' ή 'σφηνοειδή' κατάγματα.

### Μέτρηση της δύναμης κόκαλων: Σπινθηρογράφιση Πυκνότητας Ορυκτών του Κόκαλου

Μια από τις σημαντικότερες εξετάσεις για τη διάγνωση της οστεοπόρωσης είναι το σπινθηρογράφημα (scan) πυκνότητας ορυκτών των κοκάλων (BMD). Αυτή μετρά την πυκνότητα των κοκάλων. Ένα BMD μπορεί να ανακαλύψει αν έχετε οστεοπόρωση και σε αυτή την περίπτωση πόσο σοβαρή είναι. Αν δεν έχετε οστεοπόρωση, μπορεί να βοηθήσει στην πρόβλεψη στο πόσο διακινδυνεύετε να την παρουσιάσετε. Ο καλύτερος τρόπος για τη μέτρηση της πυκνότητας των κοκάλων είναι το σπινθηρογράφημα DXA (σύντομο για διπλής ενέργειας ακτινογραφία απορροφτικομέτρησης). Είναι μια γρήγορη (περίπου 15 λεπτά), ανώδυνη, ασφαλής εξέταση στην οποία ένα μικρό ποσό ακτινοβολίας (λιγότερο από μια ακτινογραφία δοντιών) μετρά την πυκνότητα των κοκάλων στη σπονδυλική στήλη και στον γοφό.

Αν κάνετε αγωγή για οστεοπόρωση, οι γιατροί μπορούν να ελέγξουν πόσο αποτελεσματική είναι η αγωγή με το μετρήσουν την πυκνότητα των κοκάλων σας όταν αρχίζει η αγωγή και μετά πάλι από ένα έως δύο χρόνια αγωγής. Είναι σημαντικό, αν είναι δυνατόν, η επαναληπτική εξέταση να γίνει με την ίδια μηχανή μέτρησης πυκνότητας κοκάλων.

---

Η Κυβέρνηση της Αυστραλίας έχει κάνει την χρηματοδότηση για να υποστηρίξει αυτήν τη δημοσίευση<sup>o</sup> όμως οι απόψεις που εκφράζονται σε αυτό το έγγραφο είναι αυτές των συγγραφέων, με βάση την τρέχουσα έρευνα, και δεν αντιπροσωπεύουν αναγκαστικά τις απόψεις της Κυβέρνησης της Αυστραλίας.

## Ποιος θα έπρεπε να κάνει ένα BMD;

Ο καθένας που:

- Έχει σημαντικούς παράγοντες κινδύνου για οστεοπόρωση
- Έχει συμπτώματα που υποδεικνύουν οστεοπόρωση, π.χ. απώλεια ύψους, 'εξόγκωμα dowager' στη σπονδυλική στήλη σας, ένα κάταγμα που προκαλείται από μικρό ατύχημα.
- Αρχίζει αγωγή για οστεοπόρωση

## Το Medicare καλύπτει το κόστος για τα σπινθηρογραφήματα DXA αν:

- Έχετε διαγνωστεί με οστεοπόρωση
- Έχετε ένα ή περισσότερα κατάγματα λόγω οστεοπόρωσης
- Παίρνετε κορτικοστεροειδή φάρμακα
- Είστε κάτω από 45 ετών και δεν είχατε περίοδο για περισσότερο από 6 μήνες λόγω των χαμηλών επιπέδων της οιστρογόνου ορμόνης.
- Έχετε χρόνια νεφρική πάθηση και συκωτιού
- Έχετε ρευματοειδή αρθρίτιδα

## Τι σημαίνουν τα αποτελέσματά μου;

Όλες οι εξετάσεις BMD μετρούν την ποιότητα του κόκαλου σε μια συγκεκριμένη περιοχή του σκελετού. Τα μέρη που συνήθως εξετάζονται είναι η οσφυϊκή σπονδυλική στήλη (μέση με χαμηλή πλάτη) και ο μηριαίος λαιμός (το κόκαλο των μηρών κοντά στην ένωση του γοφού (ισχίων)).

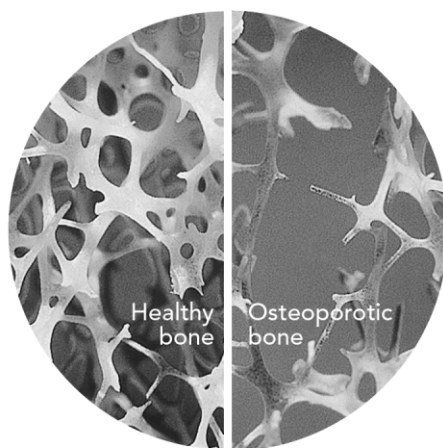
Τα αποτελέσματά σας θα σας δώσουν ένα βαθμό-T και ένα βαθμό-Z. Ο βαθμός-T είναι μια μέτρηση της πυκνότητας των κοκάλων σας σε σύγκριση με αυτήν μιας νέας, υγιούς ενήλικης γυναίκας. Ένας βαθμός-T 0 σημαίνει τα ότι κόκαλά σας έχουν την ίδια πυκνότητα με το μέσο νεαρό άτομο. Ένας βαθμός έως -T -1 σημαίνει ότι τα κόκαλά σας είναι κανονικά. Ένας βαθμός-T-1 ως -2,5 σημαίνει ότι αν και δεν έχετε οστεοπόρωση, έχετε χαμηλή πυκνότητα κοκάλων (οστεοπενία) και πρέπει να ρωτήσετε το γιατρό σας για την παρεμπόδιση περισσότερης απώλειας κοκάλων. Ένας βαθμός-T -2,5 ή χαμηλότερα σημαίνει οστεοπόρωση και πρέπει να μιλήσετε στο γιατρό σας για αγωγή.

Ο βαθμός-Z συγκρίνει την πυκνότητα των κοκάλων σας με άλλα άτομα στην ομάδα ηλικίας σας και του φύλου σας.

Άλλες εξετάσεις, όπως οι εξετάσεις αίματος, μπορεί να χρησιμοποιηθούν για να ερευνηθούν άλλες ιατρικές αιτίες της οστεοπόρωσης ή των συνθηκών που έχουν παρόμοια συμπτώματα με την οστεοπόρωση.

Ένα σπινθηρογράφημα DXA είναι ο καλύτερος τρόπος πρόβλεψης των πιθανοτήτων σας για μελλοντικά κατάγματα και μπορεί να σας βοηθήσει να αποφασίσετε ποιες αγωγές πρέπει να λάβετε υπόψη. Τα αποτελέσματα θα σταλούν στο γιατρό σας. Εσείς και ο γιατρός σας θα πρέπει να συζητήσετε ποια αγωγή, αν καμία, απαιτείται.

Μια εξέταση υπερήχου φτέρνας (που γίνεται συχνά στα φαρμακεία) δεν συστήνεται ως καλύτερος τρόπος για να εντοπιστεί η οστεοπόρωση.



Υγιές κόκαλο

Οστεοπορωμένο κόκαλο