

## La diagnosi dell'osteoporosi

Diagnosing Osteoporosis

### Che cos'è l'osteoporosi?

L'osteoporosi è una malattia che rende fragili le ossa, causandone più facilmente la frattura, con gravi conseguenze anche in seguito a lievi urti o cadute. Le statistiche indicano che in Australia metà delle donne e un terzo degli uomini che hanno oltrepassato i 60 anni subiscono fratture dovute all'osteoporosi.

### Come viene diagnosticata l'osteoporosi?

Il medico ti chiederà quali malattie hai avuto in passato e se hai mai subito delle fratture. Di solito le fratture dovute ad osteoporosi avvengono in seguito a lievi urti o cadute, per esempio se una persona inciampa mentre cammina, oppure perde l'equilibrio mentre sale o scende le scale. Talvolta basta anche un semplice colpo di tosse per causare una frattura.

Il medico si informerà su quelli che sono i tuoi fattori di rischio per l'osteoporosi e controllerà la tua statura; una diminuzione di 3 cm in altezza può indicare che hai subito una frattura alla spina dorsale (queste fratture sono spesso indolori e quando avvengono non ce ne accorgiamo). Per accertare la presenza di fratture alla spina dorsale il medico ordinerà anche una radiografia. Le fratture causate dall'osteoporosi sono spesso chiamate in inglese "crush fractures" (in italiano si parla di "schiacciamento vertebrale") o "wedge fractures" ("cuneizzazione")

### La densità minerale delle ossa

Uno dei test più importanti nella cura dell'osteoporosi è la misurazione della densità minerale del tessuto osseo, chiamata in inglese Bone Mineral Density o BMD e in italiano mineralometria o densimetria. L'esame BMD permette di scoprire se una persona ha l'osteoporosi e a che livello di gravità ha la malattia; può indicare anche quali sono le probabilità di contrarre l'osteoporosi in futuro per le persone che non ne sono affette. Il modo migliore per misurare la densità ossea è il test chiamato in italiano "assorbimetria rx accoppiata" (in inglese "dual energy X-ray absorptiometry" o DXA). Si tratta di un esame rapido (15 minuti), indolore e senza rischi, fatto inviando una leggera dose di radiazioni (inferiore a quella che si usa per la radiografia di un dente) alle ossa della spina dorsale e dell'anca.

Se una persona è in cura per l'osteoporosi, il medico può accertarsi se la terapia che usa è efficace, misurando la densità ossea all'inizio della cura e controllandola a intervalli di uno o due anni. Se possibile tutte le misurazioni dovrebbero essere effettuate usando la stessa apparecchiatura usata per la prima misurazione.

### Chi dovrebbe sottoporsi all'esame BMD?

Tutte le persone che:

- Hanno fattori di rischio significativi per l'osteoporosi.

- Hanno sintomi che suggeriscono la presenza di osteoporosi, quali una diminuzione di statura, l'incurvatura tipica della colonna vertebrale chiamata in inglese "dowager's hump" (la "gobba della signora anziana") o una frattura causata da un lieve incidente
- Iniziano una cura per l'osteoporosi

Il Medicare sovvenziona parte dell'esame DXA a chi:

- È stata diagnosticata l'osteoporosi
- Ha subito una o più fratture dovute all'osteoporosi
- È in cura con corticosteroidi
- Non ha ancora compiuto i 45 anni ed è in ritardo di più di 6 mesi con le mestruazioni a causa del suo basso livello di estrogeno
- Soffre in forma cronica di epatopatia e insufficienza renale
- Soffre di artrite reumatoide

### **Che cosa significano esattamente i risultati delle analisi effettuate?**

L'esame BMD misura la qualità del tessuto osseo in un particolare tratto dello scheletro. Le aree che vengono sottoposte a questo esame sono in genere il tratto lombare della spina dorsale (dal centro al fondo della schiena), e il collo del femore (l'osso della coscia vicino alla giuntura dell'anca).

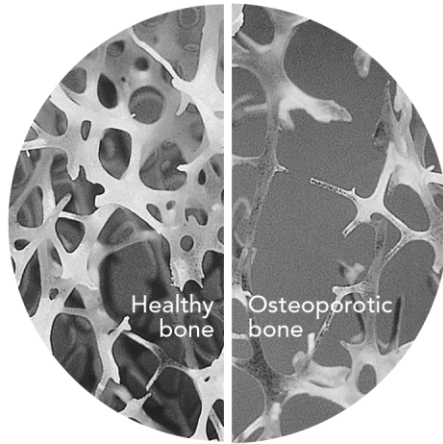
Il risultato sono indicati con i termini inglesi T-score e Z-score. Il risultato T-score indica la densità ossea del soggetto confrontata con quella di una donna adulta, giovane e sana. Un T-score uguale a 0 indica che il soggetto esaminato ha la densità ossea media delle persone giovani, un T-score pari o superiore a -1 indica che le ossa del soggetto esaminato sono normali e un T-score compreso tra -1 e -2,5 indica che il soggetto, anche se non ha l'osteoporosi, ha una bassa densità ossea (osteopenia) e dovrebbe chiedere al medico di iniziare una cura per evitare una ulteriore riduzione del suo tessuto osseo. Un T-score pari o inferiore a -2,5 indica la presenza di osteoporosi e la necessità di cure mediche appropriate.

Il risultato Z-score mette a confronto la densità ossea del soggetto esaminato con quella di persone di pari età e dello stesso sesso.

Altri test, come ad esempio un'analisi del sangue, possono essere praticati dal medico per accertare eventuali altre patologie che possono determinare osteoporosi o condizioni dai sintomi simili a quelli dell'osteoporosi.

Il test DXA è il più indicato per accertare le probabilità che ha una persona di subire fratture in futuro e decidere a quali terapie dovrebbe sottoporsi. I risultati di questo esame verranno inviati al medico curante, con cui il paziente discuterà la necessità o meno di iniziare una cura per fronteggiare l'osteoporosi.

L'ecografia del tallone (chiamata in inglese "heel ultrasound test" e spesso praticata dai farmacisti) non è considerata un sistema sicuro e consigliabile per la diagnosi dell'osteoporosi.



Osso sano

Osso osteoporotico