



osteoporosis australia

Vietnamese
March 2006

Việc chẩn đoán chứng xương xốp

Diagnosing Osteoporosis

Chứng xương xốp

Chứng xương xốp (osteoporosis) là một chứng bệnh làm cho xương bị yếu và giòn. Bị chứng này, xương dễ bị gãy hơn bình thường. Chỉ cần một va chạm nhẹ hoặc ngã cũng có thể làm xương bị gãy nặng. Ở Úc trong số những người trên 60 tuổi, 50% những vị thuộc phái nữ và một phần ba những vị thuộc phái nam sẽ bị gãy xương do chứng xương xốp gây ra.

Việc chẩn đoán

Để chẩn đoán chứng xương xốp, bác sĩ sẽ hỏi tiền sử bệnh lý của quý vị, và hỏi xem quý vị đã bị gãy xương bao giờ chưa. Nói một cách tổng quát, xương bị gãy do chứng xương xốp gây ra khi quý vị va chạm nhẹ vào vật gì đó, hoặc ngã; thí dụ vấp ngã, trượt chân hay ngay cả khi ho.

Bác sĩ sẽ hỏi về những nguy cơ dẫn đến chứng xương xốp quý vị có thể mắc phải và sẽ đo chiều cao của quý vị - nếu chiều cao mất khoảng 3cm có nghĩa là quý vị bị những chỗ vỡ ở xương sống (đôi khi những chỗ vỡ này không gây đau đớn gì cả, do đó quý vị có thể không để ý). Bác sĩ cũng có thể cho chụp quang tuyến X để xem xương sống của quý vị có chỗ nào bị gãy hoặc vỡ không. Những chỗ gãy do chứng xương xốp gây ra thường được gọi là những chỗ xương bị 'nghiền' ('crush' fractures) hay xương bị 'ép' ('wedge' fractures).

Đo độ cứng của xương: khám Độ Đặc Chất Khoáng Xương (Bone Mineral Density)

Một trong những phương pháp thử quan trọng nhất để chẩn đoán chứng xương xốp là phương pháp khám độ đặc chất khoáng xương (BMD). Phương pháp này nhằm đo độ đặc của xương. Phương pháp BMD phát giác quý vị có bị chứng xương xốp hay không, nếu có, mức độ trầm trọng của nó như thế nào. Nếu quý vị chưa bị chứng xương xốp, nó có thể giúp đoán được quý vị có nguy cơ bị chứng này không. Phương pháp hữu hiệu nhất để đo độ đặc của xương là phương pháp chụp DXA (viết tắt của chữ Dual energy X-ray Absorptiometry). Phương pháp này nhanh chóng (chỉ mất khoảng 15 phút), không gây đau đớn, an toàn, chỉ dùng một lượng nhỏ chất phóng xạ (ít hơn khi chụp quang tuyến để khám răng) và được dùng để đo độ đặc của xương sống và xương hông.

Nếu đang được trị chứng xương xốp, bác sĩ có thể khám xem phương pháp chữa trị có công hiệu không bằng cách đo độ đặc của xương trước khi quý vị bắt đầu được chữa trị và một năm hay hai năm sau khi quý vị được chữa trị. Điều quan trọng là nếu có thể được, nên dùng cùng một máy đo độ đặc của xương để làm những thử nghiệm.

Những ai nên dùng phương pháp BMD?

Bất cứ ai thấy:

- Có những nguy cơ nổi bật dẫn đến chứng xương xốp
- Có những triệu chứng của chứng xương xốp, thí dụ: giảm chiều cao, lưng bị 'gù' ('dowager's hump'), xương bị gãy vì một tai nạn nhỏ.
- Bắt đầu được trị chứng xương xốp

Ấn phẩm này được phát hành do sự tài trợ của Chính Phủ Úc; tuy nhiên, quan điểm thể hiện trên tài liệu là của các tác giả, căn cứ trên các nghiên cứu hiện thời, và không nhất thiết phải là quan điểm của Chính Phủ Úc.

Quý vị có thể dùng thẻ Medicare (bảo hiểm y tế công) để trả các chi phí cho việc chụp DXA, nếu như:

- Bác sĩ khám thấy quý vị bị chứng xương xốp
- Bị gãy xương một lần hay nhiều lần do hậu quả của chứng xương xốp
- Quý vị đang dùng kích thích tố corticosteroids
- Quý vị dưới 45 tuổi nhưng bị mất kinh hơn 6 tháng vì lượng kích thích tố nữ (oestrogen) thấp.
- Quý vị bị bệnh thận hay gan kinh niên
- Quý vị bị chứng thấp khớp

Ý nghĩa kết quả việc thử độ đặc chất khoáng xương

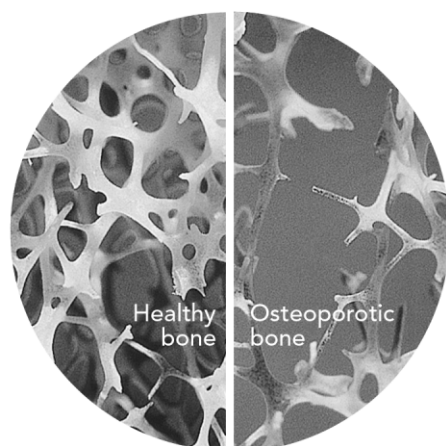
Tất cả những lần thử độ đặc chất khoáng xương (BMD) đều nhằm mục đích tìm hiểu chất lượng của xương ở một vùng nào đó. Những nơi người ta thường thử là vùng xương lưng (vùng trên và dưới thắt lưng) và cổ xương đùi (gần khớp xương hông).

Kết quả sẽ cho quý vị độ T (T-score) và độ Z (Z-score). Độ T là độ đặc xương của quý vị so sánh với độ đặc xương của một phụ nữ trẻ và khỏe mạnh. Nếu quý vị có độ T là 0 có nghĩa là xương của quý vị có độ đặc tương đương với một người còn trẻ, thuộc loại trung bình. Nếu quý vị có độ T từ -1 trở lên có nghĩa là xương của quý vị bình thường. Nếu quý vị có độ T từ -1 đến -2.5 có nghĩa là dù quý vị chưa bị chứng xương xốp, nhưng xương của quý vị có độ đặc thấp (osteopenia) và quý vị nên hỏi ý kiến bác sĩ về việc ngăn ngừa cho tế bào xương khỏi bị hao mòn. Nếu quý vị có độ T từ -2.5 trở xuống, nghĩa là quý vị đã bị chứng xương xốp và cần thảo luận với bác sĩ về việc điều trị.

Bác sĩ dùng độ Z (Z-score) để so sánh độ đặc xương của quý vị với độ đặc xương của những người ở cùng một lứa tuổi và phái tính.

Các phương pháp thử nghiệm khác, thí dụ như thử máu, có thể được dùng để tìm nguyên nhân gây ra chứng xương xốp, hoặc những chứng bệnh có các triệu chứng tương tự như chứng này. Phương pháp chụp DXA là phương cách tốt nhất để tiên đoán quý vị có thể bị gãy xương trong tương lai không và có thể giúp quý vị quyết định xem mình có cần được chữa trị hay không. Kết quả thử nghiệm sẽ được gửi cho bác sĩ gia đình của quý vị. Quý vị và bác sĩ sẽ thảo luận việc chữa trị, nếu thấy cần.

Phương pháp thử siêu âm ở gót chân (thường được thực hiện ở các tiệm thuốc tây) không được xem là phương pháp hữu hiệu nhất để thử chứng xương xốp.



Xương lành mạnh

Xương xốp