

OSTEOPOROSI: COME DIAGNOSTICARLA E CURARLA

All'Olympus da gennaio è possibile effettuare gli esami di densitometria ossea per la diagnosi e la cura dell'osteoporosi. Per saperne di più abbiamo intervistato il Dr Evole Testa, fisiatra presso il Centro Medico Olympus di Ravenna

COS'È L'OSTEOPOROSI?

È una malattia conseguente alla perdita di minerali nell'osso che diviene più fragile, "poroso".

Le cause possono essere molteplici: la menopausa, l'invecchiamento, le alterazioni alimentari o farmacologiche e le cattive abitudini di vita.

Può trattarsi di carenza di ormoni estrogeni o di eccesso di ormoni tiroidei, oppure di carenza di latticini nella dieta, di uso di cortisonici, di scarsa esposizione al sole, di ridotta attività, di fumo e di abuso di alcool e caffè.

L'alterata resistenza dello scheletro espone, soprattutto la donna, al rischio di frattura anche nel corso della comune attività quotidiana.

Si stima che più del 50% delle donne siano affette da osteoporosi, in particolare dalla menopausa in poi; ma tutti i soggetti - uomini e donne - vanno incontro, con l'invecchiamento, ad un impoverimento del contenuto minerale dell'osso (in particolare del minerale calcio), diventando vittime di quella che è stata definita "una malattia subdola" che silenziosamente sottrae piano piano l'osso accumulato durante la crescita esponendo al rischio di fratture spontanee invalidanti.

COME SI MANIFESTA?

Il problema inizia già dalla quarta decade di vita: la progressiva perdita di massa ossea, è di circa l'8% nella donna e del 3% nell'uomo, per decennio.

L'osteoporotico può fratturarsi per traumi anche modesti (sollevare un piccolo peso, inciampare in un tappeto...) o addirittura anche in assenza di traumi, per il solo peso del corpo.

Le fratture spontanee, rare sotto i 50 anni, possono interessare tutte le ossa, ma sono più frequenti nelle vertebre, al polso o ai femori.

Le fratture vertebrali sono le più frequenti; si calcola compaiano nel corso della vita in una donna su quattro, talora spontaneamente e spesso si accompagnano ad una violenta sintomatologia dolorosa, perdurante anche settimane.

Come conseguenza possono verificarsi schiacciamento di vertebre, crolli vertebrali osteoporotici (ed eventuali erniazioni discali), con piegamento in avanti del busto e comparsa di gobba.

La frattura più pericolosa, perché spesso si complica (invalidità, infezioni, fino all'embolia polmonare), è la frattura di femore che quasi sempre necessita di intervento chirurgico.

QUALI SONO I FATTORI DI RISCHIO?

Tutti invecchiando siamo predisposti all'osteoporosi, tanto più se esiste una familiarità; ma esistono situazioni che aumentano il rischio:

menopausa spontanea o chirurgica (asportazione ovaie) prima dei 45 anni, limitazioni protratte di ogni attività fisica, costituzione magra e/o ossatura pic-

cola e sottile, dieta povera di latticini, assunzione di cortisonici, uso protratto di farmaci anticonvulsivi, ipertiroidismo, malattie croniche gastrointestinali, epatiche, renali, ematologiche o reumatologiche, fumo oltre le 10 sigarette al giorno, abusi di alcool, età avanzata (>60anni).

È POSSIBILE LA VALUTAZIONE DEL PATRIMONIO SCHELETRICO?

La diagnosi precoce è particolarmente importante in quanto il trattamento preventivo è l'unico veramente utile: le radiografie convenzionali individuano l'osteoporosi troppo tardi, talora solo quando è presente già la frattura.

Gli esami di sangue e urine servono quasi esclusivamente per escludere altre malattie. Con un sottile fascio di radiazioni a debole emissione energetica l'apparecchio di densitometria ossea, analizza sistematicamente millimetro per millimetro, le varie sedi scheletriche: il tutto in maniera rapida (20-30 sec.), precisa, indolore e praticamente innocua, restando sdraiati in un comodo lettino.

Sarà poi cura del fisiatra formulare un progetto di salute per ciascun individuo. Il densitometro del Centro Medico Olympus è dotato di un software capace di misurare sia la quantità di calcio presente nelle ossa che il reale rischio di fratture.

COME PREVENIRE L'OSTEOPOROSI?

Sono 3 i principali fattori di prevenzione all'osteoporosi:

alimentazione corretta, esposizione della pelle alla luce del sole, movimento e attività psicomotoria.



Densitometro del Centro Medico Olympus



il centro che si prende cura di te

PRESTAZIONI DEL CENTRO MEDICO POLISPECIALISTICO OLYMPUS

Ambulatori Specialistici: Cardiologia, Otorinolaringoiatria, Oculistica, Med. Interna, Ortopedia, Chir. plastica, Medicina dello Sport, Ostetricia Ginecologia, Dermatologia, Endocrinologia, Gastroenterologia, Fisioterapia, Urologia, ecc.

Riabilitazione: Vasca Idroterapia, Tecarterapia, Esame postura, Onde d'urto, Metodo Mezieres, Riabilitazione pelvica (per incontinenza e stipsi) ecc.

Diagnostica: Risonanza Magnetica total body a magnete aperto, Ecografie, Ecocardioppler, Radiologia convenzionale, Mappatura dei nei in epiluminescenza, Gastroscopia, Colonscopia, Amniocentesi, Duo Test, Duo Pap, ecc.

Medicina non convenzionale: Agopuntura, Omeopatia, Fitoterapia, Osteopatia