

کمپین اطلاع رسانی پوکی استخوان

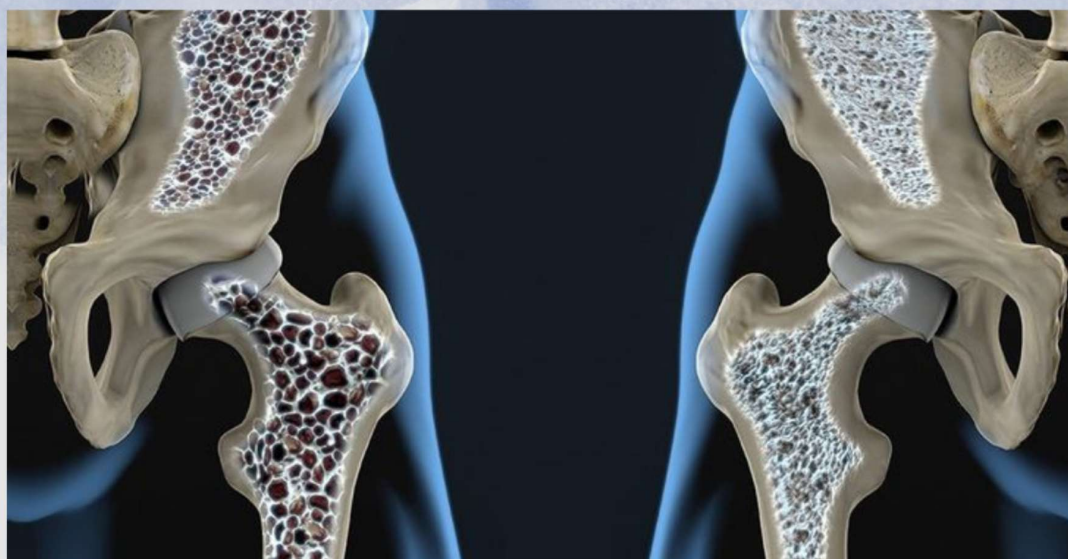
قسمت دوم



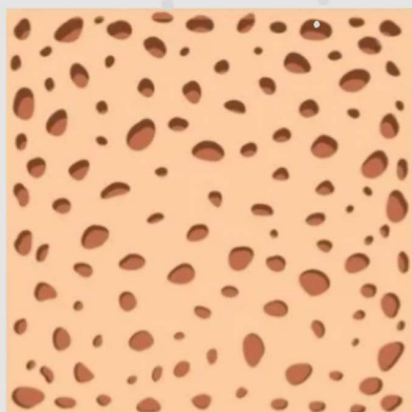
تراکم استخوان چیست؟

تراکم استخوان به مقدار مواد معدنی موجود در استخوان گفته می‌شود

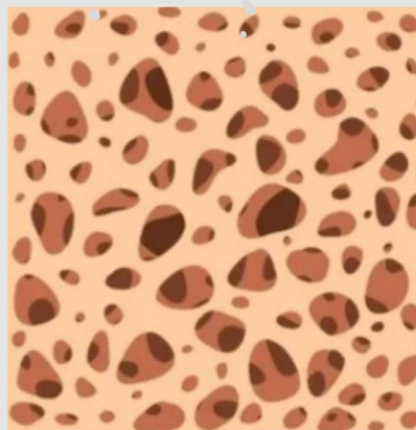
که این میزان ماده‌ی معدنی و توده‌ی استخوانی، مبنای تعریف پوکی استخوان است.
در صورتی که بر اساس تعاریف استاندارد، میزان توده‌ی استخوانی کاهش شدیدی پیدا کند، به آن پوکی استخوان گفته می‌شود.



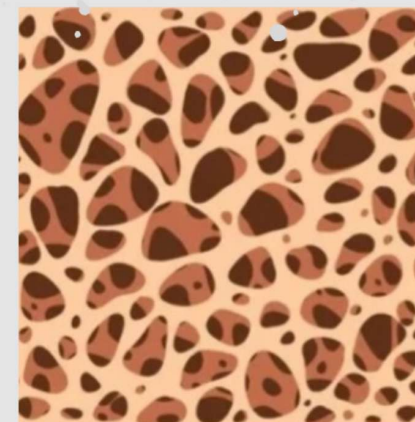
گاهی میزان تراکم استخوان کاهش پیدا کرده ولی هنوز به مرحله پوکی استخوان نرسیده است. به این مرحله بین استخوان سالم و استخوان دچار پوکی کاهش تراکم استخوان یا استئوپنی گفته می شود.



استخوان سالم



کاهش تراکم استخوان



پوکی استخوان

پوکی استخوان و عوامل خطر منجر به آن، شیوع بالایی در کشور دارند.

نتایج مطالعات نشان می‌دهد حدود ۵۴ درصد از مردان و ۴۶ درصد از زنان تراکم استخوان پایین داشته و در مرحله پیش از ابتلا به پوکی استخوان قرار دارند. به زبان ساده، حدود نیمی از جمعیت پنجاه سال و بالاتر کشور، مبتلا به کاهش تراکم استخوان و حدود یک سوم آنها مبتلا به پوکی استخوان هستند.



**با در نظر گرفتن گروه های سنی بالاتر،
درصد افراد مبتلا به این بیماری نیز بیشتر می شود.
به طوری که در جمعیت بالای ۶۵ سال،
۴۵ درصد جمعیت دچار پوکی استخوان
و نزدیک به ۴۳ درصد نیز دچار کاهش تراکم ی استخوان
هستند**

**پوکی استخوان در خانم ها شیوع بیشتری دارد.
به طوری که از هر ده نفر خانم بالای ۶۵ سال، احتمالاً ۶ خانم مبتلا
به این بیماری هستند.
(شیوع ۶۲ درصدی پوکی استخوان در زنان بالای ۶۵ سال)
در حالی که از هر ۱۰ مرد بالای ۶۵ سال، ۳ مرد دچار پوکی
استخوان شده اند.**





آیا می‌دانید مهم‌ترین عارضه‌ی پوکی استخوان چیست؟

در قسمت بعد به این سوال پاسخ خواهیم داد