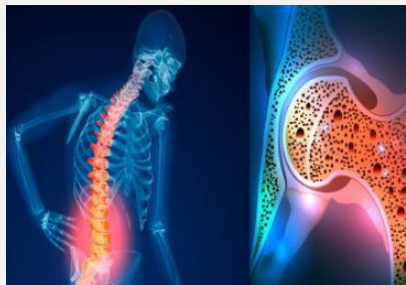


شیوع بالای پوکی استخوان در سنین بالای 50 / کمبود جدی ویتامین D

رئیس مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم شکستگی را مهم ترین عارضه پوکی استخوان در سنین بالا خواند و گفت: خطر ابتلا به پوکی استخوان با بالا رفتن سن افزایش می یابد.



رئیس مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم شکستگی را مهم ترین عارضه پوکی استخوان در سنین بالا خواند و گفت: خطر ابتلا به پوکی استخوان با بالا رفتن سن افزایش می یابد. بنابراین اگر بالای ۵۰ سال هستیم و با یک زمین خوردن ساده دچار شکستگی شده ایم، احتمالاً در معرض پوکی استخوان هستیم و لازم است به پزشک مراجعه کنیم.

به گزارش ایسنا، رئیس مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم تاکید کرد: استئوپروز یک مشکل شایع سیستم های بهداشتی و به عبارتی اپیدمی پنهان دنیای امروز است که با کاهش توده استخوانی بوده و با افزایش شکستگی استخوان همراه است.

دکتر افشین استوار با بیان این که نتایج طرح جامع پیشگیری، تشخیص و درمان استئوپروز در کشور که توسط پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم و با همکاری وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی انجام شده، نشان می دهد که حدود 70 درصد زنان و 50 درصد مردان بالای 50 سال مبتلا به استئوپروز یا استئوپنی هستند، افزود: همچنین شیوع کمبود ویتامین D در مناطق مختلف کشور حدود 40 تا 80 درصد بوده است، این در حالی است که میزان مصرف کلسیم تنها 60 درصد و مصرف ویتامین دی تنها 15 درصد نیاز روزانه بوده است که نیازمند مداخلات جدی در این زمینه هستیم.

وی در همین رابطه تصریح کرد: غنی سازی مواد غذایی و ترویج فرهنگ مصرف لبنیات از اقدامات مناسب در جهت مقابله با این بیماری است.

رئیس مرکز تحقیقات پوکی استخوان همچنین به برگزاری رخدادهای آموزشی برای متخصصان حوزه سلامت با هدف ظرفیت سازی اشاره کرد و افزود: مرکز تحقیقات استئوپروز در مهرماه سال جاری نیز میزبان وبینار تازه های استئوپروز و وبینار نقش طب تلفیقی در کنترل و پیشگیری پوکی استخوان خواهد بود.

بنا بر اعلام روابط عمومی پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم، مدیر کل دفتر بیماری های غیرواگیر وزارت بهداشت همچنین شعار و روزشمار هفته ملی سلامت استخوان را اعلام کرد.

استوار با این مقدمه که هر ساله به مناسبت گرامیداشت روز جهانی پوکی استخوان در تاریخ 20 اکتبر، اقدامات هماهنگ و گسترده ای در سراسر جهان برای تنویر افکار عمومی در خصوص سلامت استخوان، روش های افزایش حجم تراکم استخوان و تاکید بر اهمیت تغذیه مناسب انجام می شود، گفت: در ایران نیز طبق روال هر ساله کمپین آگاهی از پوکی استخوان با همکاری وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، معاونت های بهداشتی دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور و انجمن استئوپروز ایران در سراسر کشور برگزار می شود.