



## شکستگی، تنها نشانه پوکی استخوان است

مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم پزشکی تهران با بیان اینکه شکستگی، تنها نشانه پوکی استخوان است، گفت:

مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم پزشکی تهران با بیان اینکه شکستگی، تنها نشانه پوکی استخوان است، گفت: تا زمانی که شکستگی اتفاق نیفتد، پوکی استخوان هیچ نشانه دیگری ندارد. بنابراین، علائمی مانند دردهای مفصلی، دردهای استخوانی، سوزش پا و ... نمی توانند نشانه صرف پوکی استخوان باشند.

دکتر حسین یاری در گفت و گو با ایسنا، با بیان اینکه تراکم استخوانی، حدود ۳۰ تا ۳۵ سالگی به بیشترین میزان خود می رسد، اظهار کرد: شرایط به نحوی است که فرایند ساخت در استخوان ها نسبت به فرایند تخریب بیشتر است. با افزایش سن و تغییرات هورمونی که به ویژه در زنان اتفاق می افتد، میزان ساخت و ساز بافت استخوانی کاهش می یابد و میزان تحلیل رفتن بیشتر می شود؛ به نحوی که بافت استخوان، تراکم خود را به مرور از دست می دهد و فرد در مسیر پوکی استخوان قرار می گیرد.

### افزایش سرعت تخریب بافت استخوانی پس از یائسگی در زنان

این متخصص طب فیزیکی ادامه داد: اگرچه تراکم استخوان تا سن ۳۵ سالگی به میزان پیک خود می رسد اما پیک تراکم استخوان به ژنتیک بسیار وابسته است. پس از یائسگی، میزان هورمون استروژن در زنان کاهش یافته و میزان تخریب استخوان ها نیز سرعت بسیار زیادی به خود گرفته و فرد در مسیر پوکی استخوان قرار می گیرد. بررسی ها بیانگر این است که میزان ابتلا به پوکی استخوان به ویژه پس از یائسگی در زنان بسیار شایع است.

### «پوکی استخوان ثانویه» چیست؟

مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم پزشکی تهران درباره «پوکی استخوان ثانویه» نیز تصریح کرد: اگرچه فرایند طبیعی کاهش ساخت و افزایش بازجذب استخوان را با افزایش سن سپری می کنیم، اما مصرف برخی داروها مانند برخی داروهای ضد انعقاد، ضد تشنج و مشتقات کورتونی سبب افزایش سرعت تخریب استخوان ها می شوند. همچنین بیماری هایی مانند بیماری های «پاراتیروئید» و «تیروئید» می توانند شرایطی را برای بدن ایجاد کنند که سبب از دست دادن زود هنگام تراکم استخوان شود. هنگامی که عوامل خارجی، زمینه ساز پوکی استخوان می شوند، به آن «پوکی استخوان

ثانویه» می گویند. او درباره شیوع پوکی استخوان در زنان و مردان گفت: آمار و ارقام بیانگر این است که یک زن از هر ۳ زن بالای ۶۰ سال و یک مرد از هر ۴ تا ۵ مرد بالای ۶۰ سال به پوکی استخوان مبتلا می شوند. بر اساس تعداد مبتلایان به بیماری پوکی استخوان می توان گفت که پوکی استخوان، یک اختلال بسیار شایع محسوب می شود.