



Начиная с 2005 года, в России ежегодно отмечается Всемирный день профилактики остеопороза, который был инициирован Национальным обществом остеопороза Великобритании и Всемирной организацией здравоохранения еще в 1999 году. По данным Всемирной организации здравоохранения, среди неинфекционных заболеваний остеопороз занимает четвертое место после болезней сердечно-сосудистой системы, онкологической патологии и сахарного диабета. Женщины заболевают остеопорозом чаще после 50 лет, мужчины – после 70.

В России остеопороз является одной из важных социально-значимых проблем. Заболеваемость в последние десятилетия постоянно растет. Сегодня в нашей стране остеопорозом страдают 31-33% женщин и 23-24% мужчин – всего около 10 млн. человек. Остеопороз – прогрессирующее заболевание костной ткани, которое сопровождается потерей кальция, а вместе с ним прочности.

Кости становятся хрупкими, что может повлечь за собой частые переломы даже при незначительных травмах или без таковых (падение с высоты собственного роста, наклон, поворот туловища и др.). Наиболее тяжелым последствием болезни является перелом шейки бедра. Только 25% пациентов после перелома шейки бедра возвращаются к самостоятельной жизни, 50% остаются инвалидами, а 25% умирают в течение 3 лет после перелома.

Остеопороз – «молчаливая эпидемия», при которой на протяжении длительного времени симптомы болезни отсутствуют, и лишь единственной жалобой может быть боль в спине. Заболевание выявляют в большей части случаев при развитии первого перелома. Начальными симптомами заболевания могут быть общая слабость, повышенная утомляемость, снижение трудоспособности, кариес, ломкие ногти, тусклые, секущиеся волосы. По мере прогрессирования заболевания появляются боли в костях. Вылечить остеопороз невозможно, поэтому так важно соблюдать меры профилактики. Она должна начинаться с детского и подросткового возраста, когда должны быть обеспечены наиболее благоприятные условия для активного роста и развития скелета.

