



Zbadaj bezpłatnie swoje kości w osteobusie

2017-11-06

Fundacja Neuca dla Zdrowia rozpoczęła kolejny cykl bezpłatnych badań profilaktycznych, tym razem poświęconych osteoporozie. Mobilne centrum badań pojawi się 10 listopada w Krakowie. Wykwalifikowany personel medyczny oceni poziom gęstości kości mieszkańców i udzieli porad w zakresie profilaktyki.

Osteobus będzie stacjonował w Krakowie 10 listopada przed apteką Infarm przy ulicy Wielickiej 76, między godzinami 10.00 a 16.00. Udział w badaniu jest bezpłatny.

Ponad 200 milionów ludzi na całym świecie choruje na osteoporozę. W Polsce problem ten może dotyczyć nawet 3 mln osób (dane z portalu osteoporoza.pl) i liczba ta będzie jeszcze rosła ze względu na starzejące się społeczeństwo. Pomimo dużego zagrożenia jej wystąpienia, wciąż wielu Polaków nie stosuje się do zaleceń profilaktycznych a osteoporozą jest u nich często wykrywa w późnym stadium choroby.

- Osteoporozą to choroba układu kostnego. Jej najgroźniejszymi następstwami są przede wszystkim pogorszenie się stanu tego układu, a także większa podatność do występowania złamań. To poważne zagrożenie, szczególnie dla osób starszych. W wielu przypadkach, złamania np. w obrębie nasady bliższej kości udowej sprawiają, że pacjenci nieodwracalnie tracą pełną sprawność funkcjonalną, a w skrajnych przypadkach są zmuszeni do długiej rekonwalescencji w łóżku i korzystania z pomocy osób trzecich - komentuje dr hab. prof. nadzw. Marek Żak, specjalista fizjoterapii, autor raportu „Upadki osób starszych - przyczyny i następstwa”.

Wczesne rozpoznanie osteoporozy pozwala na wdrożenie odpowiedniego postępowania leczniczego. W odpowiedzi na tę potrzebę Fundacja Neuca dla Zdrowia, współpracująca z aptekami działającymi w ramach programu Parnter+, rozpoczyna akcję bezpłatnych badań gęstości kości. Densytometria umożliwia wykrycie osteoporozy we wczesnym stadium rozwoju a także pozwala na monitorowanie leczenia i określenia stopnia zaawansowania choroby. Polecana jest osobom po 40 roku życia, u których w rodzinie występowała osteoporozą jak również wszystkim kobietom po 50 roku życia i mężczyznom po 55 roku życia.

Badanie trwa około siedmiu minut i wykonywane jest przez wykwalifikowany personel, który wcześniej przeprowadza wywiad z pacjentem. Po jego zakończeniu, pacjent otrzyma wydrukowany wynik a także wskazówki dotyczące profilaktyki osteoporozy.

- W profilaktyce osteoporozy najważniejsza jest wczesna diagnostyka i podejmowanie działań mających na celu zminimalizowanie ryzyka upadku i jego następstw. Bardzo ważne jest także prawidłowe odżywianie się, utrzymywanie odpowiedniej masy ciała, regularna prawidłowo dobrana i wykonywana aktywność fizyczna oraz wyeliminowanie lub znaczne ograniczenie używek takich jak alkohol czy papierosy. Jeśli będziemy pamiętać o przedstawionych powyżej rekomendacjach i stosować się do zaleceń lekarzy, mamy dużą szansę na zminimalizowanie ryzyka wystąpienia choroby bądź jej negatywnych skutków - dodaje dr hab. prof. nadzw. Marek Żak.

Z badania mogą skorzystać wszyscy zainteresowani. Jedynym przeciwwskazaniem do jego



**Magiczny
Kraków**

wykonania jest cięża.