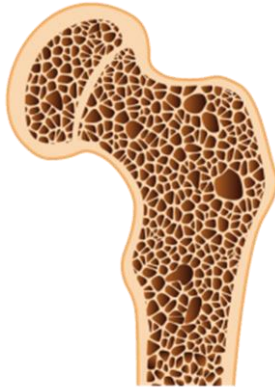




مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



هشاشة العظام

Osteoporosis

هشاشة العظام:

هو مرض يصيب العظام حيث يصبح العظم ضعيف مما يجعله هشاً وأكثر عرضة للكسر. وفي الغالب يتم تشخيص المريض عندما يحدث كسر نتيجة السقوط أو التعرض لصدمة مباشرة.

السبب في ضعف العظام هو النقص في مستوى الكالسيوم والفسفور أو نقص في بعض المعادن

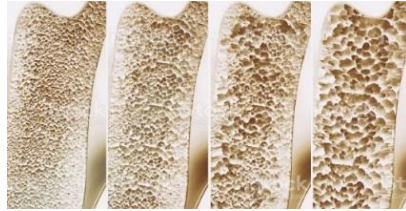
أنواع هشاشة العظام:

هشاشة أولية

تحدث في الجنسين في كل الأعمار، وغالباً تحدث عند النساء بعد توقف الطمث وعند الرجال بعد سن الـ ٧٠.

هشاشة ثانوية

تحدث بسبب أدوية أو أمراض أخرى مثل : (وهن العظم الناشئ عن أخذ الغلوكو كورتيكات).



أعراض هشاشة العظام:

في المراحل المبكرة من الإصابة لا يشعر المريض بأعراض،
لكن مع مرور الوقت ومن جراء الإصابة بمرض هشاشة
العظام قد تبدأ الأعراض بالظهور مثل:

آلام في الظهر، ومن المحتمل أن تكون هذه الآلام
والأوجاع حادة جداً لا يتحملها الشخص إلا
بالمسكنات



فقدان الوزن



انحناء القامة



حدوث بعض الكسور وخصوصاً في الفقرات
وبعض المفاصل والفخذين



تشخيص هشاشة العظام:

- القيام بعمل فحوصات لكثافة العظام.
- بعض الإجراءات الروتينية والفحوصات المخبرية.
- بعد فترة زمنية من الإصابة بهشاشة العظام يلاحظ التناقص التدريجي في طول الجسم والتحدب في القامة، نتيجة الإصابة بعدد من الكسور في فقرات الظهر.

الكثير من حالات هشاشة العظام لا تشخص
إلا بعد ظهور المضاعفات

مضاعفات هشاشة العظام:

الإصابة بالكسور هو أكثر مضاعفات هشاشة العظام انتشارا وخطورة، ويحدث غالبا في عظام الحوض والعمود الفقري وعظم الفخذ.

الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بهشاشة

العظام:

- النساء فوق سن الـ ٦٥ عاماً.
- الرجال فوق سن الـ ٧٠ عاماً.
- النساء اللواتي شهدن انقطاع الطمث قبل سن الـ ٥٥.
- الرجال والنساء الذين يتلقون علاجاً متواصلاً
بالستيرويدات.
- الأشخاص الذين يكون وزنهم أقل من ٥٠ كلغم.



الوقاية من هشاشة العظام:

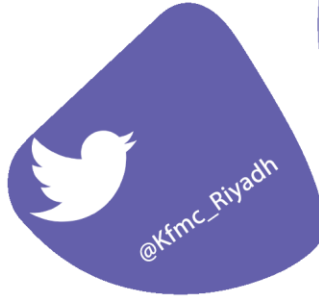
قد تساهم بعض النصائح المدرجة هنا في الوقاية من فقدان الكتلة العظمية:



لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

تمريض العيادات الخارجية



HEM1.18.000539

