

## **Кои са рисковите фактори**

Предвид факта, че клиничният смисъл на остеопорозата е повишеният фрактурен риск, по-долу са изброени факторите, увеличаващи именно риска от счупвания.

### **Първостепенни рискови фактори**

- Налично счупване на прешлен при минимална травма.
- Семейна анамнеза за остеопоротична фрактура (особено фрактура на бедро или прешлени при майката).
- Някои ендокринни заболявания.
- Възраст над 65 години.
- Ранна менопауза (преди 45 години).
- Налична склонност към падания.

- Системно глюкокортикоидно лечение с продължителност над 3 месеца.
- Синдром на малабсорбция.
- Хронична бъбречна недостатъчност.

## **Допълнителни рискови фактори**

Ревматоиден артрит.

Продължително противогърчово лечение.

Продължително лечение с хепарин.

Злоупотреба с алкохол.

Употреба на големи количества кофеин.

Тютюнопушене.

Ниско телесно тегло.

Недостатъчен прием на калций с храната.

Някои заболявания: нервна анорексия, невроза, булимия, хронични чернодробни заболявания, целиакия, хипогонадизъм,

дефицит на витамин D (остеомалация),  
ренална хиперкалциурия.

**Някои фактори могат да бъдат  
елиминирани от всеки отговорен за  
здравето си човек. Такива са:**

- Злоупотреба на алкохол.
- Прекомерна употреба на кофеин.
- Намален прием на калций с храната.
- Тютюнопушене.
- Дефицит на витамин D.

**Повечето значими рискови фактори могат  
да бъдат разпознати правилно от  
специалист ендокринолог. Ето защо най-  
добрата мярка за ранно откриване и  
превенция са профилактичните прегледи.**

Проучването на рисковите фактори за остеопороза при 1611 лица (331 мъже и 1280 жени) на възраст от 18 до 89 години показва, че при 9 от всеки 10 изследвани лица (89.5%) са налице един или повече рискови фактори (РФ).

	Относителен дял (%)
Без РФ	10.5
1 РФ	32.0
2-5 РФ	45.6
6-9 РФ	11.7
Над 10 РФ	0,2

Разпространение на пациентите според установения брой РФ за остеопороза:

Изводите от това проучване показват, че най-честите

рискови фактори при жените са: рано настъпила менопауза, преживени фрактури, наличието на ендокринни заболявания и заболявания на храносмилателната система, прием на кортикостероиди и обездвижване. При мъжете преобладават поведенческите рискови фактори: намален хранителен прием на калций, тютюнопушене и прекомерна алкохолна консумация, както и фамилната анамнеза за остеопороза. Установява се значимо увеличаване на риска с напредване на възрастта.

