



# VIA PALESTRO, 23

PERIODICO DI INFORMAZIONE DELLA MISERICORDIA DI CASCINA



## AMA LE TUE OSSA

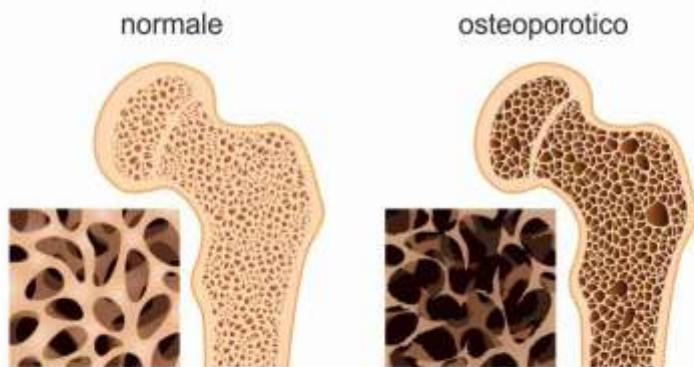
### Conosci il tuo rischio di OSTEOPOROSI

---

## COS'È L'OSTEOPOROSI

L'osteoporosi è una malattia dello scheletro caratterizzata da una riduzione della massa ossea e da alterazioni qualitative che si accompagnano ad un aumento della sua fragilità e dunque del rischio di frattura. In altre parole viene compromessa la capacità dello scheletro di sopportare traumi anche modesti, rendendo molto più frequente il verificarsi di fratture.

L'osteoporosi non è un "normale" processo legato all'invecchiamento ma è una malattia cronica che dipende da vari fattori.



Colpisce entrambi i sessi, ma soprattutto quello femminile dopo la menopausa.

È una condizione di rilevanza sociale, si stima infatti che in Italia ci siano ad oggi **3,5 milioni di donne** e **1 milione di uomini** affetti da osteoporosi.

È una malattia "silenziosa", spesso non è diagnosticata fino a che non si subisce una frattura, di solito dopo una caduta.

Le **FRATTURE**, che rappresentano le conseguenze più comuni di questa malattia, colpiscono più frequentemente le anche (il collo del femore), il polso e la colonna vertebrale.



## COME SI PUÒ CAPIRE SE IL NOSTRO SCHELETRO È AMMALATO DI OSTEOPOROSI?

La presenza di uno o più fattori di rischio (menopausa precoce, familiarità, magrezza, carenza di vitamina D, sedentarietà, ecc.) non è sufficiente a stabilire se un individuo ha uno scheletro più fragile della norma.

L'unico mezzo di cui disponiamo è misurare direttamente il contenuto minerale dello scheletro. L'indagine strumentale adeguata per la diagnosi di osteoporosi è la **DENSITOMETRIA MINERALE OSSEA (DEXA)** conosciuta anche come **MOC** (Mineralometria Ossea Computerizzata).

Secondo l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) la densitometria ossea rappresenta il test per la diagnosi di osteoporosi e di rischio di frattura come la misurazione della pressione arteriosa serve per diagnosticare la presenza di ipertensione e quindi il rischio di ictus.

È una tecnica a raggi X (benché il dosaggio sia molto inferiore rispetto ad una radiografia).



Considerando che le fratture da osteoporosi clinicamente più rilevanti avvengono a livello vertebrale e femorale i siti più frequentemente misurati sono la colonna lombare ed il femore prossimale.

L'esame è semplice e veloce. Il soggetto è in posizione confortevole disteso su un lettino.

Presso la **Misericordia di Cascina** effettuiamo esami **MOC** mediante densitometro **HORIZON** (uno dei modelli più recenti) della **HOLOGIC**.

## CONTROINDICAZIONI ALL'ESAME:

- > Gravidanza

Ci sono condizioni in cui risulta difficoltoso o non valutabile l'esame: esiti interventi estesi della colonna lombare con mezzi di sintesi, protesi di anca, placca o viti del femore prossimale.

## QUALI SONO I SOGGETTI A RISCHIO OSTEOPOROSI?

I fattori che favoriscono una bassa densità ossea sono numerosi:

- > menopausa precoce (prima dei 45 anni)
- > abitudini di vita (fumo, abuso alcolico, sedentarietà, carenza di vitamina D, dieta povera di calcio, eccessivo introito di sodio, disturbi nutrizionali)
- > particolari trattamenti farmacologici a lungo termine (cortisonici, antiepilettici, anticoagulanti, tiroxina.....)
- > endocrinopatie: ipertiroidismo, iperparatiroidismo, ipercortisolismo ....
- > in alcune patologie quali: celiachia, malassorbimenti intestinali, malattie infiammatorie intestinali, epatopatie croniche, insufficienza renale cronica ....

## COME SI CURA?

Una volta che l'osteoporosi è in atto è necessaria una valutazione da parte del medico curante o dello specialista del rischio di frattura (esame **MOC**, esami del sangue e delle urine, storia anamnestica e clinica) per poter impostare un trattamento.

I provvedimenti non farmacologici (dieta, attività fisica) o eliminazione di fattori di rischio (fumo, caffè, alcolici, ecc) devono essere raccomandati a tutti.

L'utilizzo di farmaci specifici è riservato ai soggetti in cui il rischio fratturativo risulta elevato.



# OSTEOPOROSI



## SIATE PREVIDENTI

**Scoprite se siete a rischio e fate il test**



## Misericordia di Cascina

Via Palestro 23 - 56021 CASCINA (PI)  
tel. 050701901 e-mail: [info@misericordiacascina.org](mailto:info@misericordiacascina.org)

**Direttore**  
Emilio Paganelli

**Direttore responsabile**  
Michelangelo Betti

**Comitato di redazione**  
Andrea Fiorentini  
Carmine Inverso  
Claudio Sighieri  
Nino Urso

**Progetto grafico e impaginazione**  
Carmine Inverso  
Nino Urso

**Segreteria di redazione**  
Aurelio Cipriano

**Misericordia di Cascina**  
Via Palestro 23  
56021 Cascina (PI)  
Tel. 050 701901  
[www.misericordiacascina.org](http://www.misericordiacascina.org)  
[redazione@misericordiacascina.org](mailto:redazione@misericordiacascina.org)

### NUMERI UTILI MISERICORDIA

CENTRALINO 050 701901  
SCUOLA D'INFANZIA 050 700888  
NIDO MARCIANA 050 747193

**Cardiologia****Radiologia****Ecografia****Fisiokinesiterapia**

# POLIAMBULATORIO

**DELLA MISERICORDIA DI CASCINA**

Direttore Sanitario: Dott.ssa Cinzia Marchini

**Cardiologia**

E. C. G.

Eco-Color-Doppler Cardiaco

Eco-Color-Doppler Carotideo e Vasi Periferici

Holter Cardiaco

A.B.P.M. "Holter Pressorio"

**Radiologia**

Radiologia Tradizionale

Ortopantomografia

Mammografia

**Ecografia**

Ecografie Apparatoli Molli

Ecografie Addominali

Ecografie Mammarie

Ecografie Muscolo - Tendinee e Osteoarticolari

Ecografie Ginecologiche

**Fisiokinesiterapia**

Kinesiterapia

Elettroterapia

Laserterapia

Ionoforesi

Ultrasuoniterapia

Marconiterapia

Magnetoterapia

Tecarterapia

Trazioni Cervicali

Terapia Funzionale con

Tecniche Osteopatiche

Tecnica Posturale Mézières

Linfodrenaggio Manuale

Taping

Elettrostimolazione

Tens

Massaggi

**VEN. ARC. DI MISERICORDIA DI CASCINA**  
**ASSOCIAZIONE DI VOLONTARIATO**

ISCRITTA AL REGISTRO REGIONALE DELLE PERSONE GIURIDICHE PRIVATE N. 855 DEL 03 OTT. 2012

*anno di fondazione 1650*

via Palestro n°23- 56021 Cascina (PI)

tel. 050.701901 - fax 050.715968

info@misericordiacascina.org

**tel. 050.701901****www.misericordiacascina.org**