

Tisková zpráva

## 20. říjen – Světový den osteoporózy

### Každá třetí žena a jeden z pěti mužů nad padesát trpí osteoporózou

**Praha, 19. října 2020 – Mírný pád, lehký náraz nebo pouhé kýchnutí. Situace, které mohou skončit zlomeninou, a překvapivě tak odhalit nemoc, která se nenápadně vyvíjí celá léta. Kostí člověka trpícího osteoporózou jsou křehké, snadněji se lámou, a právě fraktura bývá často prvním příznakem tohoto onemocnění. Vyskytuje se u každé třetí ženy a jednoho z pěti mužů nad padesát let.**<sup>1</sup>

Výrazně náchylnější k osteoporóze jsou ženy, zvláště pak ženy po menopauze. Potvrzují to i údaje Zdravotní pojišťovny ministerstva vnitra ČR (ZP MV ČR). Z celkového počtu klientů s osteoporózou tvoří 90 % ženy. „Osteoporózou trpělo v loňském roce celkem 28 685 klientů ZP MV ČR, z nich bylo 25 808 žen a pouze 2877 mužů,“ potvrzuje **Hana Kadečková**, tisková mluvčí pojišťovny. Léčba těchto pacientů stojí ZP MV ČR ročně 227 milionů korun, přičemž 60 % tvoří výdaje na léky a zvláště účtovaný materiál, používaný například při operačních řešeních komplikací osteoporózy, kterými bývají patologické fraktury.

Osteoporózu je možné rychle a bezbolestně odhalit pomocí speciálního vyšetření ještě předtím, než se projeví. Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR na toto vyšetření svým klientům finančně přispívá.

Osteoporóza je onemocnění, při kterém ubývá kostní hmota a dochází ke změnám v její struktuře. Kostí postupně ztrácejí vápník, jenž zajišťuje jejich tvrdost, proto jsou křehčí a snadno se zlomí. Nemocný nemusí o svém onemocnění dlouho vědět a lékaři jej často odhalí až při první zlomenině, kdy už je nemoc značně rozvinutá. Tyto zlomeniny pak mohou velmi výrazně zhoršit kvalitu života, zapříčinit závislost nemocných na pomoci druhých, nebo dokonce vést až k předčasnému úmrtí.<sup>1,2</sup>

Osteoporóza postihuje až 10 % populace, přičemž léčeno je pouhých 10–20 % případů.<sup>2</sup> Její výskyt postupně roste. Důvodem je zvyšování průměrného věku populace, ale také nezdravý životní styl. Ten má na kvalitu kostí velký vliv a může ji výrazně ovlivnit již v dětství a v průběhu dospívání – tedy v období, kdy se vytváří kostní tkáň. Označit osteoporózu jako dětský problém s následky ve stáří je tedy zcela na místě.<sup>2</sup>

#### Včasná diagnostika

V rámci prevence proti osteoporóze v dospělosti by měla být pozornost zaměřena na zdravou výživu s dostatečným přísunem vápníku a vitamínu D, jakož i na dostatek přiměřeného pohybu. Kouření, nadměrné množství kávy a alkoholu, ale také užívání některých léků naopak k rozvoji osteoporózy přispívají.

Osteoporóza se vyvíjí postupně. Prvním projevem mohou být bolesti v zádech, dále ztráta tělesné výšky nebo kulatá záda. Spolehlivě ji lze odhalit pomocí tzv. kostní denzitometrie. Jde o bezbolestné vyšetření, pomocí něhož lze osteoporózu diagnostikovat už v počátcích. Denzitometrie dokáže stanovit hustotu a obsah minerálů v kostní hmotě a odhalit riziko zlomenin. O vhodnosti tohoto vyšetření rozhoduje ošetřující lékař, tehdy je hrazené z veřejného zdravotního pojištění. Ostatní si jej musí hradit sami. „Naše klienty dlouhodobě podporujeme v účasti na preventivních prohlídkách, a to i těch, jež jdou nad rámec veřejného zdravotního pojištění. Proto v rámci programu prevence civilizačních onemocnění nabízíme možnost čerpat 500 Kč jako příspěvek rovněž na vyšetření pomocí kostní denzitometrie,“ říká **Hana Kadečková**.

Zdroje:

1. <http://worldosteoporosisday.org/>
2. <http://www.szu.cz/publikace/mezinarodni-den-osteoporozy>