

## Kosti so žive!

- Ker je osteoporoza bolezen kosti, je pomembno vedeti, da so kosti sestavljene iz beljakovinskega ogrodja, v katerega se nalagata kalcij in fosfat.
- Kosti so močne in prožne obenem, tako da lahko kljubujejo tudi največjim obremenitvam.
- Kosti se vse življenje neprestano prenavljajo. Stara kost se razgradi, v prostorih, ki tako nastanejo, se nalaga nova.
- Tvorba kosti prehiteva njeno razgradnjo, dokler ne dosežemo največje kostne mase, kar se zgodi do 30. leta starosti. Pozneje se začne kostna masa postopno manjšati.



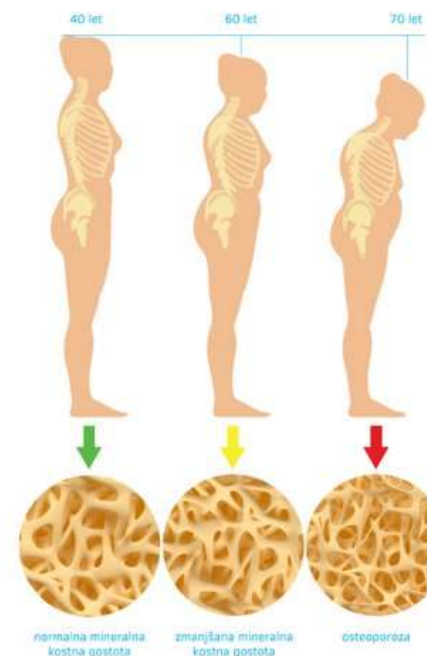
Cena preiskave je 25 €.

Za vse dodatne informacije in naročanje smo vam na voljo na telefonski številki:

**03/899-54-75**

## MERJENJE MINERALNE KOSTNE GOSTOTE

## ALI DENZIOMETRIJA



Vir: <http://www.zvd.si/zvd/medicina-dela/denzitometrija/>

Zloženko pripravila:  
Aleksandra Vasiljević, dipl. m. s.

## Kdo mora opraviti meritev kostne gostote?

Če boste na katerokoli od naslednjih vprašanj odgovorili PRITRDILNO, je smiselno, da opravite merjenje mineralne kostne gostote.

1. Ali imate kateregakoli od naslednjih dejavnikov tveganja?

- zgodnja menopavza pred 45. letom ali izostanek menstruacije za več kot eno leto
- zdravljenje z glukokortikoidi več kot tri mesece
- majhna telesna teža (manj kot 60 kg)
- zlom kolka pri manjši poškodbi v ožji družini
- katerokoli od bolezni, ki jih spremlja majhna kostna gostota oziroma osteoporoza

2. Ste že utrpeli zlom pri manjšem padcu ali poškodbi?

3. So vam z rentgenskim slikanjem hrbtenice morda ugotovili zlom vretenca ali posumili na majhno kostno gostoto?

4. Ste se od mladosti bistveno znižali ali upognili?

## Merjenje mineralne kostne gostote

Osteoporozo vam lahko zdravnik odkrije z merjenjem mineralne kostne gostote. Le-to merimo s posebno napravo, ki deluje na podlagi rentgenskih žarkov.



Vir: <http://www.zvd.si/zvd/medicina-dela/denzitometrija/>

**Meritev kostne gostote je prijazen in hiter način, ki vam pokaže v kakšnem stanju so vaše kosti.**

## Zakaj merimo mineralno kostno gostoto?

Osteoporozo imenujemo tiha bolezen, saj ne povzroča nobenih težav, dokler ne pride do zloma.

Edini način, da jo pravočasno odkrijemo in zdravimo, je merjenje mineralne kostne gostote. Merimo jo s posebno napravo, ki deluje na podlagi rentgenskih žarkov.

Metoda je varna, saj je sevanje izrazito majhno, kar 10- do 15-krat manjše kot pri običajnem rentgenskem slikanju pljuč. Meritev je opravljena v nekaj minutah, neboleče in zelo natančno.

S to meritvijo lahko odkrijemo osteoporozo pred pojavom zlomov in napovemo, kakšna je nevarnost zloma. S ponovnimi meritvami ocenimo izgubo kostne mase v določenem časovnem intervalu ali pa spremljamo učinek zdravljenja osteoporoze.