



Gra w kości

W USA, Europie i Japonii 70 milionów ludzi zagrożonych jest osteoporozą

Iwona Schymalla

Prezenterka telewizyjna, współautorka programu "Od A do Zdrowia"

Weronika Nowak z Poznania od lat cierpi na osteoporozę, chorobę kości prowadzącą do zwiększonego ryzyka złamań, a w konsekwencji do kalectwa. Niedawno dowiedziała się, że specyfik, który stosuje, zniknął z wykazu leków refundowanych, a więc na jedyne skuteczne w jej wypadku lekarstwo musi wydawać 350 zł miesięcznie. Została zatem skazana na zażywanie innych preparatów, które mogą wywoływać skutki uboczne w postaci uszkodzenia wątroby lub żołądka, albo na przyjmowanie co drugi dzień zastrzyków. Problem ten dotyczy w Polsce kilku milionów emerytów i rencistów, gdyż na osteoporozę cierpią głównie ludzie starsi.

Cichy sprawca kalectwa

Kość jest bardzo aktywną tkanką. W ciągu roku dochodzi do wymiany od 2 proc. do 10 proc. masy kostnej. Około 30. roku życia człowiek osiąga tzw. szczytową masę kostną, zaś po 45. roku życia, zwłaszcza u kobiet, masa i gęstość kości nieustannie maleją. Mężczyźni są znacznie mniej podatni na osteoporozę i staje się ona dla nich problemem dopiero po 70. roku życia. Osteoporoza we wczesnym stadium nie daje żadnych objawów, dlatego bywa często określana "cichym sprawcą kalectwa". Zmniejszenie masy kostnej postępuje niezauważalnie i często diagnozę stawia się dopiero, gdy dojdzie do złamania. Ostatnie badania ujawniły, że w Polsce 25 proc. populacji powyżej 50. roku życia jest zagrożone ryzykiem złamań. Od dawna wiadomo, że osteoporoza uwarunkowana jest genetycznie. Predysponuje do niej także niewłaściwa dieta (uboga w białko, wapń, witaminę D, a bogata w sól), zbyt intensywne uprawianie sportu, picie alkoholu, kawy i palenie papierosów. Bardzo istotną rolę w rozwoju osteoporozy odgrywają hormony - u kobiet estrogeny, u mężczyzn testosteron. Ich niedobór znacznie przyspiesza rozwój osteoporozy. Wapń, tabletki, plastry

Najskuteczniej przed osteoporozą chroni hormonalna terapia zastępcza (HTZ), która jest szczególnie zalecana kobietom w okresie bezpośrednio przed menopauzą. Ostatnio opublikowano w USA wyniki badań świadczące o szkodliwości HTZ, ale polscy naukowcy podważają ich przydatność dla Polek. "W Polsce rzadko stosuje się HTZ u kobiet po 60. roku życia, podczas gdy aż 67 proc. uczestniczących w badaniach amerykańskich przekroczyło ten wiek" - twierdzi prof. Tomasz Pertyński z Akademii Medycznej w Łodzi. Większość kobiet w USA zaczęła stosować HTZ sześć lat po menopauzie, co jest odbiciem pewnego "amerykańskiego" stylu - traktowania hormonów jako substancji odmładzających. W Europie - zdaniem specjalistów - zanim lekarz zaleci HTZ, pacjentka jest wszechstronnie badana, by wyeliminować osoby zagrożone. Dzięki zastosowaniu plastrów nasączonych hormonami z HTZ mogą już korzystać kobiety cierpiące na nadciśnienie tętnicze, kamice dróg żółciowych, przewlekłe choroby wątroby czy zaburzenia w układzie krzepnięcia. Także regularne stosowanie aż do menopauzy nowoczesnych dwuskładnikowych tabletek antykoncepcyjnych zapobiega odwapnieniu kości, chroniąc je przed osteoporozą.

Osoby cierpiące na osteoporozę mają do wyboru sześć leków, ale tylko jeden z nich znalazł się na liście refundacyjnej. "Każdy z tych środków jest skuteczny zaledwie w 30-50 proc. wypadków. Kiedyś płaciliśmy za leczenie osteoporozy na przykład 100 zł wielu producentom, a od niedawna płacimy tyle samo jednemu" - twierdzi prof. Janusz Badurski, prezes Polskiej Fundacji Osteoporozy. Nie zyskuje na tym budżet, tracą natomiast tacy pacjenci jak Weronika Nowak. Dlatego też "cichym sprawcą kalectwa" można nazywać nie tylko osteoporozę, ale też tych, którzy urzędowo mają nam umożliwić dbanie o zdrowie.

Autor: Artykuł z: "Wprost"

