**Остеопороз.**

Остеопороз – это хроническое заболевание, при котором в результате нарушения обменных процессов изменяется структура и снижается плотность костной ткани скелета. В результате прогрессирования болезни часто возникают патологические переломы. Чаще всего под ударом оказываются шейка бедра, запястья, грудной и поясничный отделы позвоночного столба. В группе риска в силу природных особенностей находятся женщины в постменопаузе, среди мужчин болезнь встречается реже и в более позднем возрасте. Считается, что остеопороз – это «безмолвная эпидемия», большая часть пациентов не знают о своей болезни.

**Причины развития патологии**

В зависимости от причин, вызвавших развитие заболевания, выделяют два вида остеопороза – первичный и вторичный. Различают остеопороз:

* постменопаузальный, развивающийся в результате гормонального дисбаланса;
* сенильный (старческий) как следствие естественного старения организма;
* ювенильный (юношеский), появляется ввиду наличия врожденных патологий;
* идеопатический или беспричинный.

Среди причин, вызывающих вторичный остеопороз, выделяют:

* хронические болезни пищеварительного тракта;
* генетические нарушения;
* болезни крови (талассемия, лимфома, гемофилия, миеломная болезнь, лейкоз);
* ревматические заболевания;
* неоправданный прием антикольвунсантов, гепарина, гормонов;
* низкая физическая активность в течение долгого времени;
* злоупотребление вредными привычками (алкоголь, курение);
* кормление грудью дольше 6 месяцев;
* нерациональное питание со злоупотреблением белков, жиров, клетчатки;
* болезни печени, почек, желез внутренней секреции;
* дефицит витаминов D и Ca;
* повышенное содержание витамина А в организме.

**Симптомы болезни**

В самом начале заболевание может не проявляться. Но существуют признаки, которые могут косвенным образом указывать на остеопороз. Сюда относятся:

* хрупкость ногтей и волос;
* проблемы с зубами;
* боль в костях при смене погоды;
* нарушения осанки.

По мере прогрессирования заболевания состояние пациента ухудшается. Появляются следующие симптомы:

* уменьшается рост;
* отмечаются согбенность и перерастяжение шеи;
* появляются судороги в ногах по ночам;
* постоянно беспокоят боли в спине, чаще в пояснице и между лопаток;
* ощущается дискомфорт в тазобедренных суставах;
* наблюдаются проблемы с пищеварением (рефлюксная болезнь, раннее насыщение).

Но самым значимым признаком болезни будет компрессионный перелом, который возник в результате незначительной травмы. Бывает достаточно стукнуться о твердый предмет или упасть с небольшой высоты, чтобы серьезно повредить конечность или позвоночник. Примечательно, что больше половины компрессионных переломов позвоночника столба остаются незамеченными. Человек может испытывать хроническую боль, схожую с той, какая бывает при остеохондрозе.

**Диагностика остеопороза**

При подозрении на данную патологию костной ткани выясняют анамнез, выявляя наследственную предрасположенность или наличие провоцирующих развитие болезни хронических заболеваний. Далее назначают следующие методы лабораторного обследования:

* клинические анализы крови и мочи;
* кровь на половые гормоны, гормоны щитовидной железы и гипофиза;
* мониторинг общего билирубина и других печеночных проб;
* определение в крови уровня фосфатов, белка;
* показатели фосфора, магния, витамина D, сывороточного кальция, костные маркеры заболевания.

По мере развития патологии изменения в структуре костей становятся заметны на рентгенограмме. Но говорить о достоверности диагностики этим методом можно только в том случае, когда потеря костной ткани достигает 30 и более процентов.

Самым информативным методом диагностики считается денситометрия. Во время исследования проводится измерение общей костной массы и минеральной плотности костей. О степени поражения судят по соотношению между показателями конкретного пациента и здоровых людей 40-летнего возраста. Также с целью диагностики иногда может применяться компьютерная томография.

**Лечение патологии**

Лечение при остеопорозе проводится по следующим направлениям:

* замедление процесса разрежения костной ткани;
* профилактика переломов;
* повышение плотности костей;
* уменьшение болевого синдрома;
* восстановление функций костей и суставов;
* увеличение посильной двигательной активности.

С этой целью назначают следующие виды терапии:

* этиологическую для лечения заболевания, которое стало причиной развития остеопороза;
* патогенетическую с использованием фармакологических препаратов;
* ·симптоматическую.

Лечение при остеопорозе длительное. Очень важно уделять внимание профилактике и раннему выявлению заболевания, для этого необходимо периодические обследования у специалистов ([эндокринолога](https://endomedis.ru/napravleniya/endokrinologiya/), [ревматолога](https://endomedis.ru/napravleniya/revmatologiya/)).