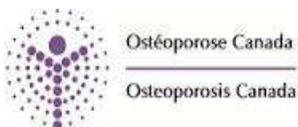


Un peu plus...!

La rédaction de ce dépliant d'information a été rendu possible grâce à Ostéoporose Canada.

Consultez leur site au

www.osteoporosecanada.ca



os ostéoporotique



os normal



CLINIQUE RADIOLOGIQUE

LÉVIS-MÉTRO LÉVIS-LES RIVIÈRES

Clinique radiologique Lévis-Métro

5700, Etienne-Dallaire, bureau 130
Lévis centre-ville
418 838-0800

Clinique radiologique Lévis-Les Rivières

809, route des Rivières, bureau 104
Lévis, secteur St-Nicolas
418 836-0606

www.radiologielevis.com

L'ostéoporose et vous

 Guide d'information



Deux cliniques pour vous servir

Téléphone : 418 838-0800, Lévis centre-ville

Téléphone : 418 836-0606, Lévis secteur St-Nicolas

Qu'est-ce que l'ostéoporose?

L'ostéoporose est une maladie caractérisée par une faible masse osseuse et une détérioration du tissu osseux. Ceci entraîne une plus grande fragilité des os et des risques de fractures, particulièrement de la hanche, de la colonne vertébrale et du poignet.

Selon les dernières statistiques, 1 femme sur 4 âgée de plus de 50 ans est atteinte d'ostéoporose ainsi que 1 homme sur 8. Il y aurait plus de 2 millions de canadiens atteints d'ostéoporose.

Les conséquences

La réduction de la qualité de vie des personnes atteintes est la plus grande conséquence de l'ostéoporose. Avec la réduction ou la perte de mobilité causée par les fractures, c'est toute votre vie qui s'en trouve transformée.

Le diagnostic

L'ostéoporose n'apparaît pas du jour au lendemain, vous pouvez perdre de la masse osseuse pendant des années sans avoir de signes ou symptômes de la maladie. Un dépistage précoce est donc essentiel afin de prévenir les fractures ostéoporotiques.

L'évaluation de vos facteurs de risque est l'étape essentielle pour déterminer votre probabilité d'être atteint d'ostéoporose. L'évaluation médicale est importante et votre médecin est là pour en discuter avec vous.

L'examen recommandé pour le dépistage est l'ostéodensitométrie (évaluation de la densité osseuse). Cet examen est sécuritaire et indolore. Il procure la mesure exacte de votre densité osseuse et permet de déterminer si vous souffrez d'ostéoporose ou non et quels sont vos risques de développer la maladie.

Qui devrait passer un examen d'ostéodensitométrie

La liste ci-dessous est un bref aperçu des facteurs de risque pouvant guider votre médecin pour vous prescrire un examen d'ostéodensitométrie. Seul votre médecin pourra déterminer s'il est important pour vous de faire cet examen.



Tous les hommes et femmes de plus de 65 ans

Toutes les femmes ménopausées

Les hommes et les femmes âgés entre 50 et 64 ans qui présentent :

- Une fracture de fragilisation après 40 ans

- Une fracture de la colonne

- Une forte consommation d'alcool

- Un faible poids corporel

- L'usage de certains médicaments tels la cortisone

- Une ostéopénie à la radiographie

- Tabagisme actif

- Antécédents familiaux de fracture de la hanche

Les hommes et les femmes de moins de 50 ans qui présentent :

- Une fracture de fragilisation

- Une polyarthrite rhumatoïde

- Une maladie inflammatoire de l'intestin

- Une maladie thyroïdienne et parathyroïdienne

- Une ménopause précoce (avant 45 ans)

La prévention et le traitement

La prévention est sans contredit le meilleur atout que vous puissiez avoir. Une alimentation diversifiée qui contient du calcium et de la vitamine D en quantité suffisante pour soutenir votre santé osseuse est primordiale. Le maintien d'une activité physique optimale est aussi nécessaire pour aider à remodeler votre tissu osseux.

Il existe des traitements pharmacologiques adaptés à votre état, discutez-en avec votre médecin pour en vérifier la pertinence.



Vous n'êtes pas seul

Le diagnostic d'ostéoporose entraîne bien des questionnements et des préoccupations reliées à la peur de subir une fracture ou de ressentir une atteinte à sa mobilité.

N'hésitez pas en parler avec votre médecin. Il pourra vous référer aux professionnels adaptés à votre situation. Le site d'Ostéoporose Canada est une mine de renseignements sur la maladie, consultez-le à

www.osteoporosecanada.ca