

Publicato il 18/05/2010

Giocare d'anticipo sull'osteoporosi

Oggi vi sono validi farmaci per contrastarla. Insieme all'alimentazione



Recentemente il mio medico mi ha fatto fare la Moc e ha visto che c'è una perdita di tessuto osseo. Temo molto l'osteoporosi, e vorrei prevenire il più possibile questa malattia. E' possibile fare una cura specifica o basta l'alimentazione ricca di calcio?

Il termine osteoporosi è utilizzato per indicare una condizione caratterizzata da una riduzione della massa ossea per unità di volume, tale da rendere l'osso inadeguato a svolgere le sue

funzioni di sostegno meccanico. Con il passare degli anni le ossa perdono il loro contenuto di calcio e diventano sempre più fragili e facili alla rottura, un evento che fa parte dei normali processi di invecchiamento di tutti e si osserva in entrambi i sessi. Occorre ricordare, tuttavia, che le donne sono più svantaggiate, non solo perché le loro ossa sono più sottili, ma anche perché con la menopausa vanno incontro a modificazioni ormonali che alterano profondamente le caratteristiche dell'osso.

Purtroppo, il più delle volte questo processo avviene in silenzio e non fa percepire la sua presenza fintanto che le ossa non vanno incontro a frattura. La terapia medica dell'osteoporosi si fonda su una gamma piuttosto ampia di farmaci, alcuni dei quali già in uso da molti anni. Ogni paziente deve essere attentamente valutato dal proprio medico e la terapia deve essere prescritta e personalizzata per il singolo caso (terapia sostitutiva della menopausa con estro-progestinici, bifosfonati, farmaci modulatori dei recettori selettivi per gli estrogeni, supplementazione di calcio sia con farmaci che con una alimentazione ricca di alimenti contenenti tale prezioso minerale ed esercizio fisico). Come tutti i farmaci, anche i bifosfonati non sono esenti da effetti collaterali, tra i quali si segnala in alcuni casi l'insorgenza di osteonecrosi (specie in caso di somministrazione endovena), che si presenta con dolore mandibolare e dentale, esposizione ossea, ricorrenti infezioni del tessuto molle. Il mio consiglio è di rivolgersi ad uno specialista reumatologo, in grado di valutare la dose adatta alla Sua situazione clinica, la durata e le eventuali sospensioni della terapia (in relazione anche all'andamento degli esami di controllo) per evitare l'insorgenza di effetti collaterali importanti. Centri per la diagnosi e la cura dell'osteoporosi in Lombardia sono l'ambulatorio di Reumatologia dell'Istituto Auxologico di Milano, la Clinica Universitaria per l'Osteoporosi degli Spedali Civili di Brescia, le Divisioni di Reumatologia dell'Ospedale Gaetano Pini, S. Carlo, Policlinico e S. Raffaele di Milano.

Dr.ssa Nicoletta Marazzi, Medicina interna

Preferiti

Condividi questo articolo:

Delicious

Facebook

MySpace

Twitter