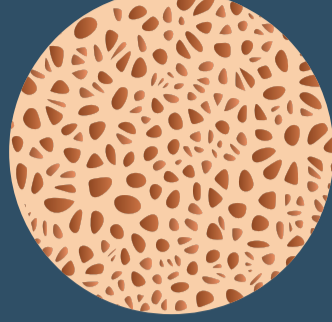


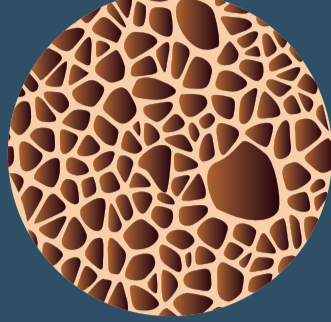
Защити себя **ОТ**

ОСТЕОПОРОЗА И ПЕРЕЛОМОВ

СЛАБЫЕ И ХРУПКИЕ КОСТИ ЛЕГКО СЛОМАТЬ



нормальная кость



Кость при остеопорозе



Перелом кости

Огромные потери по всему миру

у 1/3

у 1/5

СТАРШЕ 50
В БУДУЩЕМ
ПРОИЗОЙДЕТ
ОСТЕОПОРОТИЧЕСКИЙ
ПЕРЕЛОМ

+8,9

МИЛЛИОНОВ
ПЕРЕЛОМОВ В ГОД

1 ПЕРЕЛОМ
КАЖДЫЕ 3 СЕКУНДЫ

РОСТ ПЕРЕЛОМОВ ШЕЙКИ
БЕДРА

МЕЖДУ 1990 и 2050

+310%

+240%

Потеря независимости и инвалидность



В ВОЗРАСТЕ 45 ЛЕТ
И СТАРШЕ

С ОСТЕОПОРОЗОМ СВЯЗАНО
БОЛЬШЕ ДНЕЙ
ГОСПИТАЛИЗАЦИИ
ЧЕМ ПРИ ДРУГИХ БОЛЕЗНЯХ, ТАКИХ КАК
РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ
ИНФАРКТ МИОКАРДА
ДИАБЕТ И ДР.



РИСК
ПЕРЕЛОМА
≤ 27%
ВЫШЕ, ЧЕМ

**РИСК РАКА
ПРОСТАТЫ**

ПЕРЕЛОМ ШЕЙКИ БЕДРА ВЫЖИВШИЕ ТЕРЯЮТ НЕЗАВИСИМОСТЬ

40% НЕ СПОСОБНЫ ПЕРЕДВИГАТЬСЯ
БЕЗ ПОСТОРОННЕЙ ПОМОЩИ

60% НУЖДАЮТСЯ
В ПОСТОРОННЕЙ
ПОМОЩИ
ЧЕРЕЗ ГОД

33%
ЗАВИСЯТ ОТ
ОКРУЖАЮЩИХ
ИЛИ ПОМЕЩЕНЫ
В ДОМ ДЛЯ
ПРЕСТАРЕЛЫХ
ЧЕРЕЗ ГОД ПОСЛЕ
ПЕРЕЛОМА ШЕЙКИ
БЕДРА



Летальность
составляет
20-24%
В ТЕЧЕНИЕ
ПЕРВОГО ГОДА
ПОСЛЕ
ПЕРЕЛОМА
ШЕЙКИ БЕДРА

у 50% ЛЮДЕЙ, ПЕРЕНЕСШИХ **ОДИН**
ОСТЕОПОРОТИЧЕСКИЙ ПЕРЕЛОМ, ПРОИЗОЙДЕТ
ПОВТОРНЫЙ ПЕРЕЛОМ

Низкий уровень диагностики и лечения

ДИАГНОСТИРУЕТСЯ ТОЛЬКО
1/3 ПЕРЕЛОМОВ ПОЗВОНКОВ

~ у 80%
ЛЮДЕЙ

С ОСТЕОПОРОТИЧЕСКИМИ ПЕРЕЛОМАМИ
ОСТЕОПОРОЗ НЕ ДИАГНОСТИРУЕТСЯ И НЕ
ЛЕЧИТСЯ



ТОЛЬКО **40%**
ПАЦИЕНТОВ,
ДЛИТЕЛЬНО
ПРИНИМАЮЩИХ
ГЛЮКОКОРТИКОИДЫ,
ПРОХОДЯТ
ОБСЛЕДОВАНИЕ
ИЛИ ЛЕЧЕНИЕ



У ПАЦИЕНТОВ С
ДИАБЕТОМ 1 ТИПА
НИЖЕ МИНЕРАЛЬНАЯ
ПЛОТНОСТЬ КОСТИ
И **ВЫШЕ РИСК**
ОСТЕОПОРОТИЧЕСКИХ
ПЕРЕЛОМОВ



ЧАСТОТА ПЕРЕЛОМОВ У
ЛЮДЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ
ПОВЫШЕНА, ПРИЧЕМ
РИСК ПЕРЕЛОМОВ
ШЕЙКИ БЕДРА И
ЗАПЯСТЬЯ ПОВЫШЕН
НА 90% И ПОЧТИ 80%
СООТВЕТСТВЕННО

Есть риск? Проверьте



УЖЕ
50+?



УЗНАЙТЕ, ЕСТЬ ЛИ У ВАС
ФАКТОРЫ РИСКА
ПРОЙДИТЕ
МИНУТНЫЙ ТЕСТ
НА ОСТЕОПОРОЗ
МЕЖДУНАРОДНОГО
ФОНДА
ОСТЕОПОРОЗА

**ЕСТЬ ФАКТОРЫ
РИСКА?**

ПОПРОСИТЕ
ВРАЧА ОЦЕНИТЬ
СОСТОЯНИЕ
ВАШЕГО СКЕЛЕТА

Защитите себя



ЭФФЕКТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ
СНИЖАЕТ РИСК ПЕРЕЛОМА
на **70%**



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
ПИТАНИЕ, БОГАТОЕ КАЛЬЦИЕМ,
БЕЛКАМИ И ВИТАМИНОМ D, А ТАКЖЕ УПРАЖНЕНИЯ
УСИЛИВАЮТ ЭФФЕКТ ОТ ЛЕЧЕНИЯ



ПРЕДУПРЕДИТЬ
ПАДЕНИЯ
10-15%
ПАДЕНИЙ У ПОЖИЛЫХ
ЛЮДЕЙ ПРИВОДЯТ К
ПЕРЕЛОМАМ