

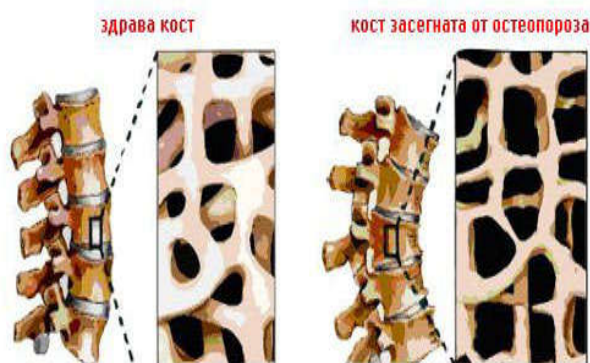
РЕГИОНАЛНА ЗДРАВНА ИНСПЕКЦИЯ - РУСЕ

ДИРЕКЦИЯ „ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ“

ОТДЕЛ „ПРОФИЛАКТИКА НА БОЛЕСТИТЕ И ПРОМОЦИЯ НА ЗДРАВЕТО“

НА БОРБА С ОСТЕОПОРОЗАТА...

Месец октомври е посветен на профилактика срещу остеопорозата, а СЗО е определила **20 октомври като Световен ден за борба с остеопорозата**. Това се прави с цел да се насочи общественото внимание и да се провокират мерки в глобален и индивидуален аспект, с оглед да се ограничи разпространението на „тихата епидемия“, която неусетно, но безмилостно руши костите, а оттам и възможността за независим и пълноценен живот на болните



Остеопорозата е хронично, дегенеративно заболяване на костите при което те губят костна маса и плътност, което води до деформации в скелета и до повишена чупливост на костите. За съжаление, броят на счупванията на бедрена кост през шийката се увеличава и ако темповете се запазят, през 2050 год. ще има около 3 пъти повече фрактури от тези през 1990.

Факторите, които благоприятствуват това заболяване, се делят на неизбежни (примерно пол, възраст, наследственост) и такива, които могат да бъдат избегнати. От вторите най-важни са небалансирано и непълноценно хранене, когато внасянето на калций не е достатъчно, обездвижването, злоупотребата с кафе, черен чай, алкохол и тютюнопушене. Докато първите не могат да бъдат избегнати, втората група фактори зависят от желанието и волята на човека, затова ние акцентираме върху тях.

За първи път акцентът на Световния ден без остеопороза е насочен не само към рисковите групи, здравните специалисти и административните звена в здравеопазването, но най-вече към широката общественост. Посланието е просто: за да преодолеем заболяването, което в миналото е съпътствало предимно възрастните хора, а днес вследствие на съвременния начин на живот се разпространява с размерите на епидемия, засягаща все по-млада популация, трябва да го познаваме!

За целта Международната фондация по остеопороза е разработила компактно ръководство „Това е остеопорозата!“, което занапред ще служи като ориентир какви мерки трябва да предприемаме от ранна възраст до старини, за да съхраним възможността да се движим и да живеем активно на всяка възраст.

Ръководството ще бъде представено по време на събитията за отбелязване на Световния ден без остеопороза, които се координират от Асоциация „Жени без остеопороза“ и се провеждат със съдействието на РЗИ в страната. В рамките на тези събития ще се представят презентации за профилактика на заболяването при мъже и жени; ще се предоставят информационни материали и тестове за определяне на личния риск.



Желаещите ще могат да измерят костната си плътност на преференциална цена 10.00 лв след предварително **записване на тел. 0884 71 44 39**. Достъпна информация за това заболяване може да се получи и от отдел „Профилактика на болестите и промоция на здраве“ при РЗИ.

Заповядайте на 09 октомври 2019 г. /сряда./ от 10.00 до 12.00 ч. в Зала Култура – гр. Русе, ул. „Цариброд“ – срещу БНТ - Регионален център.