

العنوان:

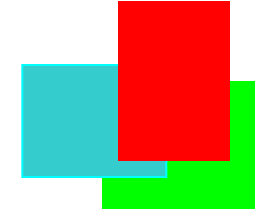
مركز شاتسوود لتكثيف العظام
جناح 7-8 ، مالفيرن كورت،
16-18 مالفيرن أف، شاتسوود.
للحجز: 9411 1837

(على بعد دقيقة سيراً من موقف السيارات
شاتسوود شيس)



ماذا عنا

يحظى كل من الأستاذ المساعد نيكولاس بوكوك و الدكتورة جوديث فرويند بسبعة عشر عام من الخبرة في علم تكثيف العظام وقد افتتحا أول مركز دي.اكس.ايه. في نيوساوث ويلز عام 1983 . لدى الاستاذ بوكوك بحث شامل و خبرة رصينة في المجال و هو عضو للجنة المعتمدة لعلم تكثيف العظام. وهو حالياً اختصاصي رفيع المستوى في قسم الطب النووي و علم كثافة العظام في مستشفى سانت فينسنت بدارلينج هيرست. تعد الدكتورة جوديث فرويند حالياً رئيسة قسم الطب النووي و علم كثافة العظام في مستشفى سانت فينسنت بدارلينج هيرست، كما تشارك فعليا في بحث مرض العظام الهشة. تقييم دي.اكس.ايه. لكثافة العظام والتقييم الفقري الجانبي متوافر بمركز شاتسوود لتكثيف العظام. تدار برامج تمرينات على أسس ثابتة، للتحسين من قوة العضلات،



مرض العظام الهشة

الوقاية و التشخيص

يتم الجواب على
اسئلتك

هل تعد الحياة الصحية كافية؟

لا. مرض العظام الهشة يمكن أن يحدث في أكثر أنماط الحياة صحة.

كيف اعرف إذا كنت مريضا بمرض العظام الهشة؟

عادة لا نعرف، حيث إنه لا توجد اعراض لمرض العظام الهشة حتى تنكسر العظمة (كسر)

حينئذ يمكن القيام ببعض الاختبارات لتحديد مدى خطورة المرض.

هل يمكن تشخيص مرض العظام الهشة قبل حدوث كسور

و هل هذا يساعد؟

نعم. تتوفر الآن العديد من العلاجات المؤثرة للزيادة من قوة العظام

و كلما بدء العلاج مبكرا كلما كانت الفرصة أفضل للشخص لمنع الكسور.

تعد أيضا برامج التمرينات للإقلال من مخاطر السقوط، فعالة في الوقاية من الكسور.

كيف اكتشف إذا كنت مصابا بمرض العظام الهشة؟

الاختبار الشائع المستخدم هو فحص دي.اكس.ايه. (الإشاعة ذات الطاقة المزدوجة)

التي تقيس كثافة العظام، و مقياس قوة العظام.

تستخدم ادوات دي.اكس.ايه الفاحصة إشاعات ذات جرعات قليلة جدا

و تعتبر المقياس الذهبي لتشخيص مرض العظام الهشة.

تعتبر القيمة المنخفضة ل دي.اكس.ايه نافعة في تقدير المخاطر المستقبلية

لكسر العظمة. فحوص دي.اكس.ايه تعتبر قيمة أيضا في مراقبة العلاج.

يمكن أيضا التشخيص المؤقت لمرض العظام الهشة إذا تطورت العظمة المكسورة لدى شخص في منتصف العمر أو متقدم في السن

بعد أذى بسيط. فما أن عانى شخصا من كسر كهذا

فهم أكثر عرضة للمعاناة من المزيد من الكسور.

ما هو مرض العظام الهشة؟

العظام الهشة هو " العظام النحيلة " حيث تصبح هشة جدا و قابلة للكسر.

تصاب عادة مناطق مفصل الورك، والعمود الفقري، والمعصم.

يعتبر مرض العظام الهشة حالة شائعة و يصيب تقريبا اثنين من كل ثلاث سيدات، وواحد من كل ثلاث رجال، عندما يتقدم بهم السن.

ما الذي يسبب مرض العظام الهشة؟

هناك العديد من العوامل التي تعرض لمخاطر مرض العظام الهشة.

تقع السيدات و بالتحديد بعد انقطاع الطمث

وبخاصة ذات الانقطاع المبكر للطمث في مخاطر الإصابة بالمرض.

تزيد أيضا بعض الحالات الطبية أو طرق علاجها من

مخاطر الإصابة بمرض العظام الهشة. تتضمن المخاطر الأخرى

تاريخ عائلي بمرض العظام الهشة، و عوامل انماط الحياة.

ما هي عوامل انماط الحياة الهامة؟

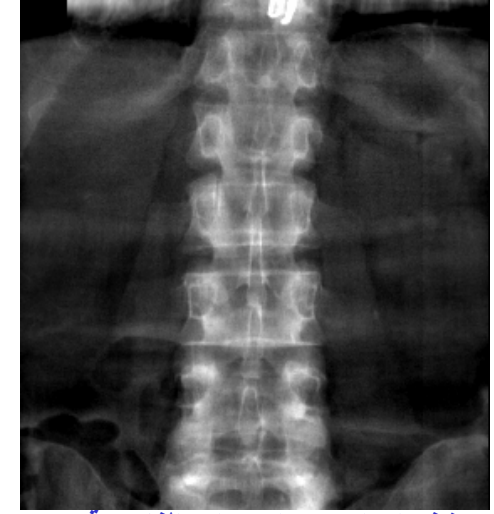
التدريب المنتظم، الكالسيوم المناسب في الغذاء،

تجنب التدخين و الكحول الزائدو الكافيين،

سيقلل هذا من مخاطر الإصابة بمرض العظام الهشة.

المقاييس التي تقلل من مخاطر السقوط تعد أيضا

هامة للوقاية من كسور العظام.



هل تكشف ادوات دي.اكس.ايه الفاحصة

الكسور؟

أحدث جيل من ادوات دي.اكس.ايه الفاحصة للعظام

يمكنها عادة أن تكشف كسور العمود الفقري الغير

متوقعة باستخدام منظر جانبي مخصص للعمود الفقري (التقييم الفقري الجانبي).

ماذا يجب أن افعّل؟

إذا كنت تبلغ أكثر من خمسين عاما، وبخاصة إذا كنت سيدة

و لديك تاريخ عائلي بمرض العظام الهشة، قد تستفيد من تقييم

كثافة العظام. القيام بالتقييم الفقري الجانبي يعد مثاليا للحصول

على أفضل تقدير "لمخاطر الكسر"، و بالتحديد لهؤلاء الذين يبلغون أكثر من ستين عاما.