

ОСТЕОПОРОЗА

Никада није прерано почети
са превенцијом и никада
прекасно да се почне терапија

Надокнада хормона у
менопаузи → први избор
превенције остеопорозе

Надокнада естрогена повећава
густину кости за 5% током 3
године

ПРЕПОРУКЕ

- ★ Адекватан унос калцијума
- ★ Редовна физичка активност
- ★ Престанак пушења
- ★ Престанак претераног уноса алкохола

Треба лечити болеснике са
ниском густином костију и
претходним преломом на
слабу трауму

Код жена у менопаузи,
са фрактуром, прво треба
лечити алендронатом, затим
ралоксифеном, па мање
потентним бифосфонатима
или калцитриолом

Код мушкараца са
остеопорозом, ако постоји
хипогонадизам, применити
деривате тестостерона.

Ако нема хипогонадизма,
применити бифосфонате
и калцијум

ВИТАМИН Д

- ★ Обавезно надокнадити код старијих од 65 год, везаних за кућу
- ★ Ергокалциферол - 1000IJ/дан
- ★ Нежељена дејства:
хиперкалцемија

КАЛЦИЈУМ

- ★ Треба увек надокнађивати, уз активну терапију. Узима се увече.
- ★ Дневна доза - 1500мг/дан
- ★ Нежељена дејства:
гастроинтестиналне тегобе
камен у бубрегу (мали ризик)

ЕТИДРОНАТ

Повећава густину костију за 5%
током 2-3 године, и смањује
учесталост фрактура кичмених
пршљенова за 50%

ЕТИДРОНАТ

- ★ Циклична примена 400мг/дан,
две недеље, сваких три месеца
- ★ Нежељена дејства:
гастроинтестиналне тегобе
деминерализација

АЛЕНДРОНАТ

Смањује учесталост фрактура
кичмених пршљенова и
периферних фрактура за 50%,
код особа чији је Т скор мањи
од -2,5

Т СКОР

Производ стандардних девијација
од средње вредности у популацији,
на основу младе, здраве популације
истог пола

АЛЕНДРОНАТ

- ★ Доза: 10мг/дан
- ★ Нежељена дејства:
езофагитис
диспепсија, мучнина, бол у трбуху
- ★ После узимања таблете
алендроната стајати 30'

РАЛОКСИФЕН

(селективни модулатор естрогених
рецептора)

- ✓ Смањује ресорпцију кости
- ✓ Побољшава липидни профил
- ✓ Смањује учесталост карцинома дојке
- ✓ Не стимулише дојке, ни утерус

РАЛОКСИФЕН

Мање повећава густину кости од естрогена, али смањује учесталост вертебралних фрактура за 50%

РАЛОКСИФЕН

★ Доза: 60мг/дан

★ Нежељена дејства:
повећава ризик од венске тромбозе
не лечи менопаузалне тегобе

КАЛЦИТРИОЛ

Повећава апсорпцију калцијума
и повећава стварање кости

КАЛЦИТРИОЛ

- ★ Доза: 0,5мг/дан
- ★ Нежељена дејства:
хиперкалцемија
хиперкалциурија
- ★ Зато се уз калцитриол не
примењује калцијум

НАНДРОЛОН

- ★ Ефекти нандролона нису јасни
- ★ Доза нандролон деканоата:
50мг и.м. ињекција, на 3
недеље
- ★ Нежељена дејства:
вирилизација

★ Фрактура
после мале
трауме

★ Сумња на
фрактуру
пршљенова

★ Фактори
ризика за
остеопорозу

Т скор

> -1

-1 до -2

$< -2,5$

Поновити Т скор
за 2-5 година

Превенција:
Надокнада хормона

Лечење:

I избор:

Надокнада хормона или
алендронат

II избор:

Ралоксифен

III избор:

Етидронат или калцитриол