



KÄRA SKÖRA BEN

Benskörhet, osteoporos, innebär minskad benvävnad och förändringar i benvävnadens struktur. Benskörhet leder till minskad hållfasthet i skelettet och ökar risken för frakturer. Sjukdomen drabbar oss med stigande ålder och på grund av ärftliga faktorer. Kontakta din vårdcentral om du brutit handleden eller fått någon annan fraktur.

Vid benskörhet får benvävnaden mer hålrum och blir tunnare i strukturen. Det gör att benet blir skört och lätt kan brytas, även vid lättare påfrestningar.

Symtom vid benskörhet

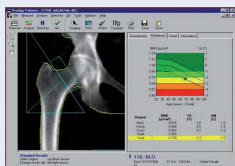
Benskörhet ger i allmänhet inga symtom som förvarnar om att benkvaliteten försämrats. Vid benskörhet ökar risken för benbrott i handleder, överarmar, lårbenshalsar, bröst- och ländkotor.

För de flesta personer med benskörhet krävs inget större våld för att drabbas av ett benbrott. För brott på kotor kan det räcka med att du lyfter tungt.

Brott på kotor kan även uppstå utan våld. Då trycks de försvagade kotorna gradvis samman. Det kallas kotkompression. Det kan ge svår, långdragen värk i ryggen och bidra till att du blir kortare och kutryggig.

Övriga frakturer, till exempel handledsbrott, sker oftast genom att man snubblar och faller.

Benbrott i handled, överarm, kotor och höftled bör alltid utredas med en bentäthetsmätning. Läkaren gör sedan en bedömning av om du behöver medicinsk behandling.



Undersökning vid benskörhet

För att fastställa benskörhet behöver du gå igenom en bentäthetsmätning, en DXA- mätning, av kotpelaren och höften. Din läkare skriver en remiss. Läkaren tar även blodprov för att utesluta att det finns någon annan sjuklig orsak till benskörheten.

Behandling vid benskörhet

Har du benskörhet är det viktigt att förhindra att sjukdomen förvärras. Behandlingen anpassas efter hur benskör du är. Om man har haft benbrott hjälper det inte med bara tillskott av kalcium i kombination av D- vitamin, utan man kan behöva någon annan form av läkemedel. Benskörhet behandlas med läkemedel som stärker skelettet och minskar risken för benbrott. Fråga din doktor om medicinerna, de är inte dyra och det finns flera alternativ.

Utdrag från Vårdguiden -www.vardguiden.se



Osteoporosförbundet finns för dig.

Vi arbetar för bättre skeletthälsa.

Det är aldrig för sent att bygga ben.

Du kan nå oss på tel. 08-121 463 93

www.osteoporos.org och möt oss på Facebook