

認識骨質疏鬆症

Mengenal kerapuhan tulang (osteoporosis)

Mengapa wanita yang menopause bisa menyebabkan osteoporosis?

Esterogen dalam tubuh wanita yang menopause menjadi berkurang, membuat sel osteoblas dan sel osteoklas menjadi meningkat. Proses aksi osteoklas cepat, sedangkan proses aksi osteoblast lambat, mengakibatkan berat tulang hilang dalam jumlah yang besar, keropos tulang menjadi besar, oleh karena itu terjadi osteoporosis setelah menopause.

Obat untuk mengobati osteoporosis

Permulaan pengobatan dengan membuat perubahan besar pada gaya hidup, termasuk berhenti merokok, berhenti alkohol, olahraga, makanan, suplemen kalsium dan vitamin D, jika situasi serius maka digabungkan dengan terapi obat :

1. Produk obat Bifosfonat : seperti tablet pelindung tulang Fosamax, dapat menghambat aksi sel osteoklas, mengurangi tulang diserap lagi, selain itu vitamin D3 dapat meningkatkan penyerapan kalsium.
2. Memilih modulator reseptor estrogen: seperti tablet Evista, hasilnya mungkin akan lebih lemah, cocok bagi yang tidak tahan terhadap produk obat Bifosfonat dan wanita yang berisiko tinggi terhadap kanker payudara.
3. Terapi penambah hormon : digunakan untuk mencegah dan mengobati osteoporosis setelah menopause, cocok bagi yang tidak tahan produk obat osteoporosis lainnya dan wanita yang mengalami gejala menopause.
4. Obat pengobatan lainnya : kalsitonin, hormon paratiroid, antibodi monoklonal RANKL dan obat-obatan lainnya.
5. Terapi kombinasi gabungan obat: sebagai tambahan untuk meningkatkan kepadatan tulang dan pencegahan patah tulang, tidak begitu efektif.

Kesimpulan

1. Menopause adalah periode perubahan yang signifikan dalam seumur hidup bagi wanita.
2. Terapi penambah hormon dosis rendah, untuk memperbaiki gejala menopause, meningkatkan kualitas hidup, lebih disukai.
3. Selain wanita yang berisiko tinggi kanker payudara tidak cocok menggunakan terapi penambah



hormon, penggunaan bagi wanita pada umumnya tidak berpengaruh.

4. Melalui dokter spesialis yang mengevaluasi risiko dan manfaatnya dengan hati-hati, adalah obat yang manfaatnya terbaik dan efek samping yang terendah.
5. Pencegahan lebih baik daripada mengobati, olah raga teratur, berhenti merokok, berhenti alkohol, makanan yang seimbang, menambah kalsium dan vitamin D yang cukup, adalah satu- satunya cara untuk mengurangi tulang keropos, menghindari osteoporosis.