

認識骨質疏鬆症

Nhận biết về chứng loãng xương

Tại sao phụ nữ mãn kinh dễ bị loãng xương?

Chất estrogen có trong cơ thể của phụ nữ sẽ giảm khi mãn kinh, làm cho tạo cốt bào (tế bào tạo xương) và hủy cốt bào (tế bào hủy hoại xương) đều tăng lên; mà quá trình tác động của hủy cốt bào tăng nhanh làm cho quá trình tác động của tạo cốt bào chậm dần, dẫn đến mất đi một khối lượng xương lớn, làm cho lỗ hổng của xương to ra, đó là nguyên do vì sao sau khi mãn kinh dễ bị loãng xương.

Dược liệu trị liệu chứng loãng xương

Trước tiên phải hay đổi lối sống, bao gồm cai thuốc lá, cai rượu, tập thể dục, thay đổi chế độ ăn uống, bổ sung canxi và vitamin D, nếu tình hình nghiêm trọng thì phải kết hợp với thuốc điều trị:

1. Thuốc bisphosphonate: Viên nén Fosamax Paul, có thể ức chế quá trình tiêu xương do các hủy cốt bào gây ra, làm giảm xương bị tái hấp thụ, ngoài ra Vitamine D3 có thể làm tăng hấp thu canxi.
2. Lựa chọn chất điều tiết thụ thể estrogen: Như viên nén canxi, hiệu quả có thể kém, phù hợp với phụ nữ không ưa thuốc bisphosphonate và phụ nữ mắc bệnh ung thư vú ở mức độ nguy hiểm.
3. Phương pháp trị liệu bổ sung hormone: Để phòng ngừa và điều trị loãng xương sau khi mãn kinh, phù hợp với những phụ nữ không phù hợp phương pháp điều trị loãng xương khác và phụ nữ mắc các bệnh ở thời kỳ mãn kinh.
4. Các thuốc trị liệu khác: Calcitonin, hormon cận giáp, kháng thể đơn dòng RANKL và các loại thuốc khác.
5. Phối hợp nhiều loại thuốc để điều trị: Hiệu quả không cao đối với việc tăng mật độ xương và phòng chống gãy xương.

Kết luận

1. Thời kỳ mãn kinh là thời kỳ chuyển biến lớn nhất trong cuộc đời người phụ nữ.
2. Phương pháp trị liệu bổ sung lượng thấp hormone là lựa chọn đầu tiên cho việc cải thiện triệu chứng trong thời kỳ mãn kinh, nâng cao phẩm chất cuộc sống.
3. Ngoài những phụ nữ mắc bệnh ung thư vú ở giai đoạn nguy hiểm không thích hợp với phương pháp trị liệu bằng hormone này ra, những phụ nữ bình thường đều có thể sử dụng phương pháp này.



4. Sau khi các bác sỹ chuyên khoa đánh giá tỉ mỉ về rủi ro và lợi ích của thuốc, thì chúng ta nên sử dụng những loại thuốc có hiệu quả tốt nhất và tác dụng phụ thấp nhất.
5. Phòng bệnh hơn chữa bệnh, tập thể dục thường xuyên, cai thuốc lá, cai rượu, chế độ ăn uống đều đặn, bổ sung đầy đủ canxi và vitamin D mới là con đường duy nhất để giảm sự mất xương, ngăn ngừa phát sinh chứng loãng xương.