Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 34 (2004)
Heft: 6

Werbung

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Faites mesurer votre densité osseuse!

Vieillir en bonne santé – des os sains, cela en fait partie

De nombreuses maladies peuvent aujourd'hui être traitées efficacement grâce à un dépistage précoce. L'ostéoporose est une maladie très largement répandue mais dont les risques, hélas, sont encore trop mal connus du grand public.

Prévenir et dépister l'ostéoporose à temps

Afin de prévenir l'ostéoporose, il est nécessaire de bouger, de faire beaucoup de gymnastique et de consommer des aliments riches en calcium et vitamine D. Pour le traitement d'une ostéoporose avérée, il est important de rappeler qu'un simple complément en calcium et vitamine D n'est pas suffisant.

Une analyse des facteurs de risques ainsi qu'un dépistage précoce est essentiel afin de prévenir, au plus tôt, l'apparition de fractures osseuses résultant d'une ostéoporose qui s'installe et s'aggrave.

Comment dépister une ostéoporose?

La densité osseuse peut être mesurée au moyen d'un appareil, appelé DEXA, chez un spécialiste, de manière rapide, indolore et sans complication. Deux sources radiologiques extrêmement faibles – dont le rayonnement est aussi faible que celui reçu au cours d'un vol en avion de trois heures – sont émises en direction des os. Si l'on diagnostique une ostéoporose, il convient d'instaurer au plus vite un traitement médicamenteux efficace, afin de réduire le risque de fractures.

Traiter l'ostéoporose correctement

Après discussion votre médecin vous proposera un traitement de choix qui permettra dans un premier temps de stopper efficacement votre perte de densité osseuse et dans un second augmentera même cette dernière. On dispose aujourd'hui de médicaments éprouvés dont la posologie est hebdomadaire.

Veuillez parler de votre risque d'ostéoporose avec votre médecin. Faites mesurer votre densité osseuse en cas de risque correspondant. Votre médecin ou l'organisation de patients donna mobile vous fournira l'adresse d'un centre DEXA proche de chez vous.

Avec le soutien de MSD

Qu'est-ce que l'ostéoporose?

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit l'ostéoporose – maladie qui prédispose les os aux fractures – comme étant l'épidémie du 21ème siècle. On estime qu'en Suisse, 680'000 personnes en souffrent. Plus d'une femme sur trois et d'un homme sur sept de plus de 50 ans développent, une fois au moins dans leur vie, une fracture due à l'ostéoporose. Les conséquences peuvent en être graves: les personnes concernées peuvent avoir besoin de soins et perdre leur indépendance. Les fractures vertébrales par exemple peuvent entraîner une diminution de la taille corporelle et provoquer ainsi une gibbosité ou «bosse». Si l'on n'entreprend rien contre l'ostéoporose, le risque de présenter des douleurs à un stade avancé et de ne plus pouvoir bouger sans difficultés est considérable.

donna mobile

Pour tout renseignement et en cas de questions veuillez vous adresser à la ligne téléphonique de donna mobile, www.donna.ch

0848 80 50 88

au max. 8 cent./min.

Arbeitsgemeinschaft Osteoporose Schweiz
Groupe d'action ostéoporose Suisse
Gruppo di lavoro osteoporosi Svizzera

donna mobile
case postale 270
3000 Berne 7