

A táplálkozást és a csontok egészségét befolyásoló orvosi állapotok

Anorexia nervosa

Ez a pszichiátriai betegség általában fiatal nőknél alakul ki; jellemzője többek között a táplálékfelvétel kitartó elutasítása és a rendkívül jelentős testsúlycsökkenés. Rendszerint serdülőkorban kezdődik – vagyis az életnek abban a szakaszában, amikor az egészséges táplálkozásnak fontos a szerepe a lehető legnagyobb csonttömeg elérésében. Az anorexia nervosa nem csupán a csontok fejlődéséhez nélkülözhetetlen tápanyagoktól fosztja meg a szervezetet, a kóros soványság ösztrogénhiányt is előidéz és a havi vérzések megszűnéséhez vezet. Az anorexiás betegek mindenképpen segítségre szorulnak, mert fokozottan fenyegeti őket az osteoporosis kialakulásának veszélye.



Glükokortikoidok

Ezek a szteroid hormonok (pl. a kortizol, prednizolon és a dexametazon) idült gyulladásos kórképek, pl. rheumatoid arthritis, asthma bronchiale, Crohn-betegség, továbbá egyes bőr- és májbetegségek kezelésére használatosak. Bizonyított, hogy már a kezelés korai szakaszában jelentős csontvesztést okoznak, gátolhatják a kalcium-anyagcserét és mindezek következtében az osteoporosis jelentős rizikófaktoraként tartják őket számon. A hosszú távú (3 hónapnál hosszabb) glükokortikoid kezelésben részesülő betegek esetében fel kell mérni az osteoporosis kialakulásának kockázatát és tájékoztatni kell őket a csonttrikulás megelőzéséhez szükséges életmódfüggő tényezőkről (elegendő mennyiségű kalcium- és D-vitamin bevitel biztosítása, esetleg vitaminpótló készítményekkel), valamint a rendszeres, a testsúly hordozását igénylő testmozgás fontosságáról.

