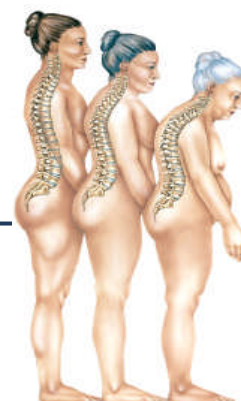
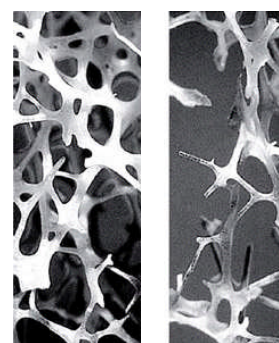


Osteoporose



Wat is osteoporose?

Osteoporose, soms ook botontkalking genoemd, is een chronische aandoening van het skelet waarbij de botten steeds brozer worden. Osteoporose begint als een sluimerende ziekte die zich ongemerkt voortzet tot het bot zo fragiel is geworden dat het gemakkelijk kan breken. De meest voorkomende fracturen ten gevolge van osteoporose zijn pols-, wervel- en heupfracturen.



gezond bot

ongezond bot

Wie lijdt aan osteoporose?

Osteoporose komt meer voor bij vrouwen dan bij mannen omdat er een versneld botverlies optreedt tijdens de menopauze. Dit is te wijten aan de verminderde aanmaak van de vrouwelijke geslachtshormonen (oestrogenen), die een rol spelen in het botaanmaakproces. Vrouwen hebben bovendien een lagere piekbotmassa en hebben daardoor een grotere kans om op oudere leeftijd osteoporose te ontwikkelen. Maar liefst 1 postmenopauzale vrouw boven de 50 jaar op 3 loopt een fractuur op ten gevolge van osteoporose. Let op: ook mannen kunnen osteoporose krijgen en dit meestal op latere leeftijd dan vrouwen. 1 op de 5 mannen boven de 50 jaar zal een fractuur oplopen ten gevolge van osteoporose.

Mogelijke factoren die kunnen leiden tot osteoporose

- ouderdom (hoe ouder, hoe sneller botverlies toeneemt)
- menopauze
- meerdere personen met botontkalking in de familie
- tengere lichaamsbouw
- weinig of geen lichaamsbeweging
- sommige geneesmiddelen, bv. Cortisone
- roken
- te grote inname van cafeïne, alcohol en zout
- bepaalde ziekten zoals verhoogde werking van de (bij)schilddklier, niet goed geregelde diabetes
- na een behandeling met chemo- of radiotherapie
- na een hysterectomie