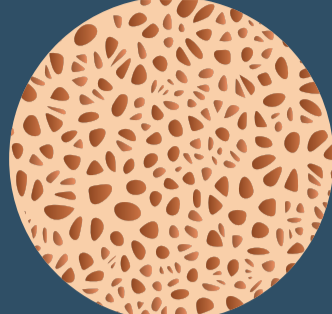


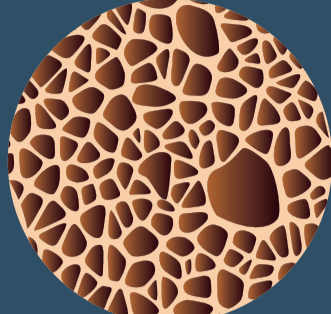
# Protégez-vous contre

## L'OSTÉOPOROSE ET LES FRACTURES

DES OS FRAGILES ET AFFAIBLIS QUI CASSENT FACILEMENT



Os normal



Os ostéoporotique



Os cassé

### Un énorme problème à travers le monde


 **1/3**  
 **1/5**  
**GLOBALEMENT  
DES + DE  
50 ANS  
SUBIRONT UNE  
FRACTURE  
OSTÉOPOROTIQUE**


**+8,9  
millions**  
FRACTURES PAR AN

**1 fracture  
toutes les 3 sec.**

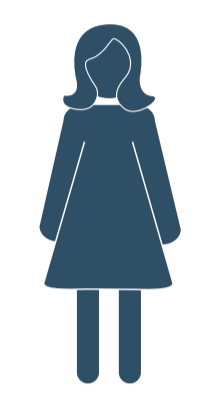
HAUSSE DES FRACTURES  
DE LA HANCHE

1990 → 2050

 **+310%**

 **+240%**

### Handicap et perte d'autonomie



45 ANS ET +

L'OSTÉOPOROSE ENTRAÎNE  
**PLUS DE JOURS  
D'HOSPITALISATION**  
QUE DES MALADIES COMME

**LE CANCER DU SEIN  
L'INFARCTUS DU MYOCARDE  
LE DIABÈTE, ETC.**



RISQUE DE  
FRACTURE

JUSQU'À **27%**  
**+ ÉLEVÉ**

QUE CELUI DU  
CANCER DE LA  
PROSTATE

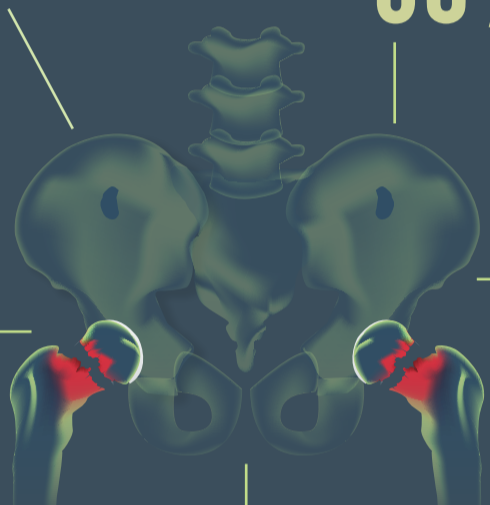
### Fracture de la hanche

PERTE DE FONCTIONS ET D'AUTONOMIE POST-FRACTURE

**40%** SONT INCAPABLES  
DE MARCHER SEULS

**60%** ONT BESOIN  
D'AIDE UN AN APRÈS

**33%**  
SONT DÉPENDANTS  
OU EN MAISON DE  
RETRAITE DURANT  
L'ANNÉE QUI SUIV  
UNE FRACTURE DE LA  
HANCHE



Mortalité

JUSQU'À **20-24%**  
DANS LA PREMIÈRE  
ANNÉE SUIVANT  
UNE FRACTURE DE LA  
HANCHE

**50%** DES PERSONNES SUBISSANT UNE FRACTURE  
OSTÉOPOROTIQUE EN SUBIRONT UNE AUTRE

### Mal diagnostiquées et mal traitées

**JUSQU'À 1/3 DES FRACTURES  
VERTÉBRALES  
NE FAIT L'OBJET D'UNE ATTENTION MÉDICALE**

**~ 80%**  
DES PERSONNES

AYANT SUBI AU MOINS UNE FRACTURE  
OSTÉOPOROTIQUE, NE SONT NI  
DISGNOSTIQUÉES NI TRAITÉES POUR  
L'OSTÉOPOROSE



**SEULS ~40%**  
DES PATIENTS À RISQUE  
ÉLEVÉ PRENANT DES  
**GLUCOCORTICOÏDES**  
PAR VOIE ORALE DE  
FAÇON CHRONIQUE  
SE FONT DÉPISTER  
OU SONT TRAITÉS



LES DIABÉTIQUES  
DE TYPE 1 ONT UNE  
DENSITÉ MINÉRALE  
OSSEUSE PLUS BASSE  
ET UN RISQUE PLUS  
ÉLEVÉ DE FRACTURES  
OSTÉOPOROTIQUES



LE RISQUE DE FRACTURES  
CHEZ LES PATIENTS  
SOUFFRANT DE MALADIE  
CŒLIAQUE EST JUSQU'À  
90 % PLUS ÉLEVÉ QUE  
CHEZ LES AUTRES, ET PRÈS  
DE 80 % PLUS ÉLEVÉ  
POUR LES FRACTURES  
DE LA HANCHE ET DU  
POIGNET

Vous êtes dans la population à risque ?  
Faites-vous dépister.



**50 ans  
et+?**



SOYEZ VIGILANT  
QUANT À VOS  
**FACTEURS DE  
RISQUES**  
FAITES LE TEST  
**RAPIDE DU RISQUE**  
D'OSTÉOPOROSE  
DE L'IOF

VOUS  
PRÉSENTEZ  
DES  
**FACTEURS  
DE RISQUES?**

**DEMANDEZ  
À VOTRE  
MÉDECIN DE  
VOUS FAIRE  
UN EXAMEN  
OSSEUX**

### Protégez-vous



Jusqu'à **70%**  
DE RÉDUCTION DES  
RISQUES DE FRACTURES GRÂCE À  
DES TRAITEMENTS EFFICACES



PRÉVENTION DES  
CHUTES

**ENV. 10-15%**  
DES CHUTES CHEZ LES  
SENIORS ENGENDRENT  
DES FRACTURES



**UN MODE DE VIE SAIN POUR VOS OS**  
UNE ALIMENTATION RICHE EN CALCIUM,  
EN PROTÉINES, EN VITAMINE D ET DU SPORT  
PARTICIPENT À L'EFFICACITÉ DU TRAITEMENT

#LoveYourBones

www.worldosteoporosisday.org

www.iofbonehealth.org