

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

РАК И ЗДОРОВЬЕ КОСТЕЙ

Всемирный день борьбы с **остеопорозом** **Любите свои КОСТИ**
20 октября

www.worldosteoporosisday.org



ЧТО ТАКОЕ ОСТЕОПОРОЗ?

Остеопороз - это заболевание, при котором кости становятся более слабыми и хрупкими, что делает их более подверженными переломам.

Кости часто страдают в случае наличия у человека рака и в ходе лечения данного заболевания. Если у вас опухоль и вы получили определенные виды лечения по поводу данной болезни, очень важно знать, что у вас повышается риск развития остеопороза и связанных с ним переломов. Так как эти переломы часто приводят к длительной инвалидности, боли и потере качества жизни, мероприятия для поддержания здоровья костной ткани и уменьшения риска переломов должны быть предприняты как можно раньше.

Почему люди, страдающие от рака, имеют повышенный риск остеопороза?



Нормальная кость

Кость при остеопорозе

Перелом кости

Люди, проходящие лечение по поводу онкологического заболевания, имеют больший риск развития остеопороза по нескольким причинам:

Лечение рака, включая химиотерапию, лучевую терапию и применение ряда лекарственных препаратов, например, кортикостероидов, негативно влияет на здоровье костей.

Некоторые виды рака (например, опухоль предстательной железы или молочной железы) лечатся путем удаления гормонов, что само по себе способствует потере костной массы.

Сама опухоль, или метастазы в костную ткань, могут стимулировать выработку остеокластов – клеток, которые разрушают костную ткань.

Кроме того, ряд других факторов, связанных с наличием онкологического заболевания, таких как низкая масса тела, немощность, недоедание или длительный постельный режим могут оказать влияние на здоровье костей или на риск падений.

РАК

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Женщины, перенесшие лечение по поводу рака молочной железы, имеют повышенный риск остеопороза и переломов по ряду причин. Так как эстрогены оказывают защитное действие на кость, снижение их уровня приводит к более быстрой потере костной ткани. Если женщина получила терапию адъювантными ингибиторами ароматазы по поводу опухоли молочной железы, у нее может наблюдаться увеличение потери костной массы в 2-4 раза по сравнению с нормальной скоростью для женщин в постменопаузе и повышение риска переломов приблизительно на 10% и более. Также как эстроген-депривационная терапия, операция, которая приводит к потере функции яичников, тормозит выработку нормального уровня эстрогенов. У молодых пременопаузальных женщин лечение по поводу рака молочной железы может привести к ранней менопаузе, что является фактором риска развития остеопороза.

РАННЯЯ ОЦЕНКА ЗДОРОВЬЯ КОСТЕЙ

Если вы лечитесь от рака, важно принять своевременные меры по защите здоровья своих костей. Врач оценит ваш риск остеопороза, основываясь не только на факторах, связанных с наличием опухоли и ее лечением, но также учитывая факторы образа жизни, наследственность и другие состояния (например, наличие ревматоидного артрита). Клиническая оценка скорее всего будет включать остеоденситометрию (DXA) для измерения минеральной плотности костной ткани (МПК), оценку абсолютного риска переломов FRAX, а также анализ уровня кальция, витамина D и паратиреоидного гормона.

РАК

ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Одним из вариантов лечения рака предстательной железы является андроген-депривационная терапия (АДТ), когда количество тестостерона и связанных с ним гормонов, циркулирующих в организме, резко снижается для того, чтобы уменьшить опухоль или замедлить ее рост. У мужчин с АДТ потеря костной ткани ускоряется и составляет от 2 до 4% в течение первого года лечения. В результате мужчины, которые получили подобную гормональную терапию или перенесли удаление яичек, имеют значительное увеличение риска переломов.



СТРАТЕГИЯ ПРОФИЛАКТИКИ

Профилактические меры должны всегда включать здоровое питание, физические упражнения и коррекцию факторов образа жизни. Рекомендации Международного фонда остеопороза включают в себя:

- Регулярное измерение веса и мышечной силы
- Потребление витамина D в дозе 800-1000 МЕ/день
- Потребление кальция не менее 1000 мг/день
- Отказ от курения

В зависимости от состояния здоровья Ваших костей могут быть предписаны фармакологические методы лечения для сохранения костной ткани и снижения риска переломов.

Международный фонд остеопороза (IOF) видит мир без остеопоротических переломов, в котором движение без ограничений реально для каждого

*Выразите вашу поддержку – подпишите Всемирную
Хартию пациентов, предложенную IOF, на сайте*

www.iofglobalpatientcharter.org

Об IOF

Международный фонд остеопороза (IOF) - крупнейшая в мире неправительственная организация, специализирующаяся на профилактике, диагностике и лечении остеопороза и родственных заболеваний опорно-двигательного аппарата. Члены IOF, включая комитеты научных исследователей, а также 240 пациентских, медицинских и исследовательских обществ в 99 регионах мира совместно работают для предотвращения переломов и сохранения физической активности.

<http://www.iofbonehealth.org> [http://www.facebook.com/ iofbonehealth](http://www.facebook.com/iofbonehealth) @iofbonehealth

О Европейском сообществе пациентов, страдающих раком

Европейское сообщество пациентов, страдающих раком, является организацией, включающей более 400 пациентских организаций в 46 странах. Сообщество стремится к равенству в Европе, чтобы все онкологические больные получали своевременное, доступное и наилучшее лечение и уход на протяжении всей их жизни. Европейское сообщество онкологических больных верит, что эти пациенты являются наиболее важными партнерами в борьбе против рака и всех связанных с этим заболеванием проблем, затрагивающих наше общество. Политики, исследователи, врачи и производители должны признать онкологических больных активными союзниками в улучшении их собственного здоровья.

<http://www.ecpc.org>

Международный фонд остеопороза

9 rue Juste-Olivier • CH-1260 Nyon • Switzerland •
Тел. +41 22 994 01 00 • Факс +41 22 994 01 01
info@iofbonehealth.org • www.iofbonehealth.org

#ЛюбитеСвоиКости

Всемирный день борьбы с **остеопорозом** любите свои
20 октября **КОСТИ**