



87 UGOTAVLJANJE OSTEOPOROZE Z DVOJNO RENTGENSKO ABSORBCIOMETRIJO (DXA)

Marija Petek-Šter, Dušan Senica

1. Kaj je osteoporoz?

Osteoporoz je razširjena sistemska bolezen okostja, za katero je značilna *zmanjšana trdnost kosti in posledično povečano tveganje za zlome*. Sama osteoporoz ne boli. Osteoporoz so zaradi pomanjkanja spolnih hormonov *bolj izpostavljene ženske po menopavzi*, govorimo o pomenopavzalni osteoporoz. Tveganja za razvoj osteoporoz in posledičnega zloma narašča s starostjo. Najpomembnejši zaplet osteoporoz so zlomi kolka, vretenc in zapestja. Z zdravim načinom življenja: nekajenjem, redno telesno aktivnostjo ter zadostnim vnosom vitamina D in kalcija ter upoštevanje priporočil za zmanjšanje padcev lahko zmanjšamo tveganje za razvoj osteoporoz, vendar pa je pri nekaterih bolnikih poleg vsega omenjenega potrebno še zdravljenje z zdravili, ki lahko še dodatno zmanjšajo tveganje za zlome tudi za 50 %.

2. Kaj je namen preiskave dvojna rentgenska absorbcimetrij (DXA)?

Da bi ugotovili, kateri bolniki so najbolj ogroženi za osteoporotične zlome, imamo na voljo diagnostične metode za ugotavljanje osteoporoz – DXA (dvojno rentgensko absorbcimetrij), na osnovi katere temelji postavitev diagnoze osteoporoz pri bolnikih, ki še niso utrpeli tipičnega osteoporotičnega zloma (kolka, vretenc, zapestja) iz stojne višine.

Preiskava služi tudi ugotavljanju uspeha zdravljenja osteoporoz in spremljanja bolnikov s povečanim tveganjem za razvoj osteoporoz.

3. Kdo opravlja preiskave za merjenje mineralne kostne gostote z DXA?

Preiskavo opravljajo v ambulantah za merjenje mineralne kostne gostote z DXA po vsej Sloveniji.

4. Kdo se odloči za merjenje kostne gostote z DEXA?

Preiskavo vam bo svetoval vaš zdravnik družinske medicine na osnovi dejavnikov tveganja, ki nakazujejo večjo verjetnost za razvoj osteoporoz ali klinični specialist (v primeru osteoporoz, ki je posledica druge bolezni (npr. bolezni črevesja, sklepov...) ali v primeru zdravljenja z glukokortikoidi).

Preiskava je za bolnike s primarno (pomenopavzalno, senilno) osteoporozo (osteoporozo, ki ni posledica drugega telesnega obolenja) *samoplačniška*.

Za bolnike, ki imajo bolezni, ki so povezane z razvojem osteoporoz, in zahtevajo redno merjenje kostne gostote, preiskavo v celoti krije zdravstvena zavarovalnica na osnovi



napotnice, ki jo izda zdravnik družinske medicine ali klinični specialist, večina ostalih so samoplačniki.

5. Kako se pripravite na merjenje mineralne kostne gostote z DXA?

Preiskava ne zahteva posebne priprave. Priporočljivo si je obleči enostavna vrhnja oblačila (npr. trenirko), saj je potrebno pred preiskavo odložiti vrhnja oblačila.

6. Kako preiskava poteka?

Ovisno od posameznega centra za merjenje DXA bodo merili MKG na dveh ali treh mestih. Standardno merimo na **ledveni hrbtenici in levem kolku**, dodatno pa na desnem kolku in na podlahti nedominantne roke (pri desničarjih na levi roki in pri levičarjih na desni roki).

Torej, ko izvajamo meritev za levi kolk, ležimo vznak na hrbtu povsem ravno, pri tem pa držimo levo nogo v rahli (30 stopinjski) notranji rotaciji.

K temu nam pomaga posebna priprava za vzdrževanje notranje rotacije.

V tem položaju moramo zadržati nogo pribl 5 minut, tako da aparatura izriše meritev zgornje tretjine stegenice in spodnjega dela medenice.

Nato je potrebno spremeniti položaj za meritev hrbtenice. Še vedno ležimo na hrbtu, noge pa upognemo v kolku in kolenih, podložimo si kocko, tako da hrbtenico čim bolj pritisnemo ob podlago.

Sedaj moramo v tem položaju zdržati cca 4-6 minut, odvisno od naše konstitucije, saj bo aparat sam določil energijo in čas snemanja v odvisnosti od podatkov o teži in višini, ki smo jih vnesli v protokol raziskave.

Še tretji način snemanja je snemanje podlahti na nedominantni roki. Sedimo ob napravi, podlaht pa položimo na mizo pod vir sevanja in nad področje za registriranje.

V tem položaju ostanemo, da žarek očrta našo podlaht, ki sedi naslonjena na mizo, se pravi še nekaj minut.

7. Koliko časa traja preiskava?

Čas trajanja preiskave je odvisen od števila snemalnih mest, vendar pa celoten postopek priprave na preiskavo in izvedba preiskave ne trajata več kot pol ure.

8. Kakšne neprijetnosti lahko pričakujete?

Preiskava ne prinaša neprijetnosti, težave imajo lahko le bolniki, ki ne zmorejo ležati na hrbtu pri miru nekaj minut.



9. Kakšne so nevarnosti preiskave?

Preiskava sodi v sklop rentgenskih preiskave, vendar pa je doza sevanja, ki jo prejmete pri preiskavi, minimalna (1 do 3 mrema) in je manjša od dnevne sevanja iz okolja.

10. Kdaj bodo znani izvidi preiskave?

Izvid preiskave boste dobili, ko jih bo odčital zdravnik, tj. *takoj* po sami izvedbi preiskave.

11. Čemu bodo služili izvidi?

Izmerjena mineralna kostna gostota kosti, ki opredeljuje čvrstost kosti, služi kot podlaga za postavitev diagnoze osteoporoze pri bolnikih, ki še niso utrpeli osteoporotičnega zloma.

Na osnovi izmerjenih vrednosti, ki kažejo stopnjo, do katere je povečano tveganje za osteoporotične zlome, se bo zdravnik odločil za ustrezno zdravljenje. V primeru diagnoze osteoporoze, boste poleg zdravega življenjskega sloga, zadostnega vnosa kalcija in D-vitamina potrebovali še zdravila za zdravljenje osteoporoze, v primeru zmanjšane kostne gostote, ki opredeljuje osteopenijo, pa bo zadoščal že zadosten vnos kalcija in vitamina D ter zdrav življenjski slog.