

<http://www.delapan6.com/read/3028-kenali-penyakit-osteoporosis>

Kamis, 24 Oktober 2013, 18:30 WIB

Kenali Penyakit Osteoporosis



Osteoporosis Primer dan Sekunder (at)

delapan6, JAKARTA - Osteoporosis merupakan penyakit yang ditandai dengan berkurangnya massa tulang dan adanya perubahan mikroarsitektur jaringan tulang yang berakibat menurunnya kekuatan tulang dan meningkatnya kerapuhan tulang serta risiko terjadinya patah tulang.

Penyakit osteoporosis memiliki dua jenis primer dan sekunder. Osteoporosis primer berhubungan dengan berkurangnya maupun terhentinya produksi hormon khususnya pada perempuan yang sudah lanjut usia.

Sedangkan osteoporosis sekunder disebabkan dari berbagai penyakit tulang seperti chronic rheumatoid arthritis, tbc spondilitis, osteo malacia dan lainnya.

"Satu dari empat wanita Indonesia berusia diatas 50 tahun menderita osteoporosis. Angka ini meningkat menjadi satu dari dua wanita pada usia 70 tahun keatas. Sedangkan 20 dari 100.000 wanita Indonesia usia 50 sampai 54 tahun alami patah tulang pangkal paha akibat osteoporosis. Memperhatikan sekali angka ini meningkat hingga 45 kali lipat pada wanita usia 85 tahun keatas. Data WHO menunjukkan angka kematian akibat patah tulang paha mencapai 20% pada tahun pertama, sedangkan angka kecacatan hingga 50%," ujar dr. Gunawan Tirtarahardja selaku Diruktur Jakarta Osteoporosis Center (JOC) saat ditemui delapan6.com di rumah sakit Medistra, Jakarta, Kamis (23/10).

Angka Patah tulang semakin lama semakin meningkat. Banyak bagian yang bisa terkena osteoporosis, salah satunya bagian pangkal paha. Pangkal paha merupakan bagian paling rawan dan harus berhati-hati merawatnya. Bila bagian pangkal paha sudah mengalami patah tulang bisa membuat pasien lebih sulit bergerak dan biaya untuk penggantian besinya pun sekitar 30 juta rupiah biaya yang harus dikeluarkan dalam menggantinya.

"Osteoporosis tidak tidak ada gejala awalnya, jadi jangan terlalu banyak membawa beban, itu juga bisa membuat tulang kita patah," tambah dr Bambang. Periksakanlah tubuh anda sebelum terkena osteoporosis.

Pencegahan penyakit osteoporosis dapat dengan diet yang baik, konsumsi obat-obatan, senam Osteoporosis dan perubahan pola hidup dapat memperkecil faktor-faktor risiko osteoporosis. (Mitha/kok)