

Faites le test

Faites le test de 60 secondes sur les facteurs de risque d'ostéoporose

1. Avez-vous plus de 65 ans?
 Oui Non
2. Un de vos parents a-t-il déjà subi une fracture à la suite d'un coup ou d'une chute mineure?
 Oui Non
3. Avez-vous déjà subi une fracture à la suite d'un coup et/ou une fracture mineure?
 Oui Non
4. Avez-vous déjà pris des glucocorticoïdes (cortisone, prednisone, etc.) pendant plus de trois (3) mois?
 Oui Non
5. Avez-vous perdu plus de 3 cm (un peu plus d'un pouce) de taille (grandeur) depuis l'âge de 25 ans?
 Oui Non
6. Avez-vous tendance à faire des chutes?
 Oui Non
7. Souffrez-vous d'hyperparathyroïdie primaire?
 Oui Non
8. Souffrez-vous d'une maladie inhibant l'absorption des nutriments (comme une maladie cœliaque ou une maladie de Crohn)?
 Oui Non
9. Une radiographie récente suggérait-elle une faible densité osseuse (ostéopénie)?
 Oui Non

Pour les femmes

10. Avez-vous été ménopausée avant l'âge de 45 ans?
 Oui Non
11. Vos menstruations ont-elles déjà cessé pendant plusieurs mois (pour des raisons autres qu'une grossesse ou la ménopause)?
 Oui Non

Pour les hommes

12. Avez-vous déjà souffert d'impuissance, de baisse de libido ou d'autres symptômes liés à de faibles niveaux de testostérone?
 Oui Non

Si vous avez plus de 50 ans et que vous avez répondu «Oui» à une de ces questions, l'Ostéoporose Canada vous recommande de discuter avec votre médecin de la pertinence d'avoir une évaluation de votre densité minérale osseuse (DMO).

Les questions du test de 60 secondes sur les risques d'ostéoporose portent sur les facteurs de risque majeurs de développer la maladie, lesquels sont d'excellents indicateurs de perte osseuse. D'autres facteurs de risque mineurs peuvent aussi contribuer à la perte osseuse. Puisque ces facteurs sont cumulatifs, plus vous en présentez et plus vous êtes à risque de développer une ostéoporose.

Source: www.osteoporosecanada.ca

Texte reproduit avec autorisation.