

# “OPEN DAY MENOPAUSA E OSTEOPOROSI”

## In occasione della giornata mondiale dell’Osteoporosi

la S.C. di Ostetricia e Ginecologia e la  
S. C. di Reumatologia effettuano  
**coounselling gratuito**

ad accesso diretto -

**19 ottobre 2012**

dalle ore 9.00 alle ore 13.00

per sensibilizzare la popolazione  
femminile in **perimenopausa** su  
questa patologia che riguarda per  
l’80% l’universo donna, affinché  
prenda coscienza

**dell’importanza della pre-  
venzione..**



Con il patrocinio dell’Ordine dei Medici Chirurghi  
della Provincia di Vercelli



**S.C. GINECOLOGIA E OSTETRICIA**  
**Direttore Dr.ssa Nicoletta VENDOLA**

**S.C REUMATOLOGIA**  
**Direttore Dr. Piergiorgio DELVINO**

Campagna a cura:

S.S. Urp e Comunicazione—Corso M. Abbiate, 21—13100 Vercelli  
Tel.: 0161- 593725—E-mail: uffcom@aslvc.piemonte.it



S.C. GINECOLOGIA E OSTETRICIA  
Direttore Dr.ssa Nicoletta VENDOLA

S.C REUMATOLOGIA  
Direttore Dr. Piergiorgio DELVINO

## Giornata informativa su menopausa e osteoporosi



**INFORMAZIONI ALLO 0161/5933887**  
**DALLE 14 ALLE 15**  
**IN REPARTO ALLO 0161/593889**

## L'Osteoporosi

L'osteoporosi è la più diffusa patologia a carico dell'apparato scheletrico, caratterizzata dalla progressiva diminuzione della massa ossea. Ne consegue un aumento della fragilità ed un incremento del rischio di fratture. L'osteoporosi è una malattia silenziosa, tipica delle donne in epoca menopausale che colpisce il 33% delle donne tra i 60 e i 70 anni di età e il 66% di quelle al di sopra degli 80 anni.



### *Come posso combatterla?*

Esistono poche e semplici regole che tutti possono seguire per ridurre il rischio di osteoporosi:

da una parte

l'**alimentazione** (il calcio è il principale costituente delle nostre ossa, perciò è necessario assumerne una quantità adeguata in tutte le fasi della vita)



e dall'altra **l'attività fisica** che è fondamentale per mantenere le ossa sane.

### *Come faccio a sapere se ho l'osteoporosi?*

Una delle tecnologie più semplici ed accurate che consentono di evidenziare l'osteoporosi è la **densitometria ossea** che consente di misurare la massa ossea mediante strumenti a raggi X (MOC) o a ultrasuoni (della falange o del calcagno), permettendo di identificare la diminuzione della massa ossea.



Apparecchiatura per MOC al Calcagno

E' un esame semplice ed indolore che permette di formulare diagnosi di osteoporosi (misurazione della densità ossea) e di consentire una valutazione clinica finalizzata alla stima del rischio di frattura o di verificare l'efficacia della terapia.