

ПРОФИЛАКТИКА НА ОСТЕОПОРОЗАТА

Столичната регионална инспекция за опазване и контрол на общественото здраве /СРИОКОЗ/ за поредна година работи по регионална здравно-образователна програма за профилактика на остеопорозата.

Стремежът ни е да ограничим това заболяване като привлечем вниманието и интереса на повече хора към въпросите на профилактиката.

В следните девет поредни теми ще представим кратка информация как да запазим здравето на костите:

1. Остеопороза и детство.
2. Детството и юношеството - незаменим период за профилактика на остеопорозата. Рискови и протективни фактори.
 - ◆ Хранене.
 - ◆ Спорт и двигателна активност.
 - ◆ Тютюнопушене, алкохол, телесна маса и костно здраве.
3. Анкетно проучване на знанията на родителите по темата "Остеопороза и детство".
4. Дейности на дирекция "Опазване на общественото здраве" /ООЗ/ за ограничаване на рисковите фактори за остеопороза в детството и юношеството.
5. Реализация на проект "Остеопороза на работното място" – дейности за предпазване от остеопороза и ранна диагностика на хората в трудоспособна възраст.
6. Менопаузата - рисков период за развитие на остеопороза при жените.
7. Анкетно проучване на знанията на 200 работещи жени по въпросите на профилактика на остеопорозата.
8. Тихата епидемия при мъжа. Само женска болест ли е остеопорозата?
9. Как да се грижим за здравето на костите в третата възраст?