

Остеопороз может протекать вообще без симптомов. При этом важно обращать внимание на ряд “скрытых” признаков этой болезни.

**Низкая плотность костей.** Это ранний признак того, что у вас может развиться остеопороз.

**Переломы костей (особенно при лёгкой травме).** Примерно у 50% женщин и 25% мужчин в течение жизни может произойти перелом, который связан с остеопорозом. Наиболее распространённые места переломов при остеопорозе – бёдра, позвоночник, запястья.

**Потеря роста.** Если вы стали ниже более чем на 4 см, это может указывать на остеопороз.

**Искривлённая верхняя часть спины.** Компрессионные переломы могут привести к разрушению позвонков верхней части спины. Это вызывает сколиоз.

**Внезапная боль в спине.** Это симптом компрессионных переломов.



ljubaphoto / Getty Images

**Перелом кости во время беременности.** Многие женщины с синдромом хронической усталости не знают о том, что у них есть остеопороз, до беременности.

**Проблемы с желудочно-кишечным трактом.** Признаками остеопороза могут быть снижение аппетита, быстрое чувство насыщения, запор, вздутие живота, боль в животе.

**Проблемы с зубами.** Остеопороз может вызвать рецессию дёсен, шаткость зубов, свободное прилегание зубных протезов.

**Побочные эффекты некоторых лекарств.** К потере плотности костной ткани могут привести такие препараты, как атациды, содержащие алюминий, некоторые противосудорожные препараты, ингибиторы ароматазы, химиотерапевтические препараты, циклоспорин А и FK506, гонадотропин-рилизинг-гормон (ГнРГ), гепарин, литий, медроксипрогестерона ацетат, метотрексат, ингибиторы протонной помпы

(ИПП), селективные ингибиторы обратного захвата серотонина (СИОЗС), стероиды (глюкокортикоиды), тиазолидиндионы, слишком большое количество гормонов щитовидной железы.

***Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.***