



Service de rhumatologie

PRÉVENTION DU RISQUE FRACTURAIRE



Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCL BRUXELLES

BROCHURE
À L'ATTENTION DES PATIENTS
ET DE LEUR FAMILLE

Qu'est-ce que l'ostéoporose ?

L'ostéoporose est une maladie des os qui augmente le risque de subir des fractures après un faible impact (par exemple, une chute de sa hauteur).

Avant que ne survienne(nt) la ou les fractures, l'ostéoporose est totalement asymptomatique, d'où la nécessité d'une prévention primaire efficace.

Chez de nombreuses personnes, subir une fracture peut être la manière de se rendre compte qu'elles souffrent d'ostéoporose. Un traitement de prévention secondaire s'avère dans ce cas essentiel pour éviter de subir de nouvelles fractures. En effet, le plus grand facteur de risque de faire une fracture est... d'en avoir déjà fait une !

L'ostéoporose est une perte de masse et de solidité osseuse.

La masse osseuse, c'est-à-dire la masse de tissu ostéoïde calcifié, augmente jusqu'à l'âge de 25 ans, puis diminue inexorablement. Chez la femme, la vitesse de déperdition de la masse osseuse s'accélère après la ménopause. L'âge et la ménopause sont donc des facteurs de risque d'ostéoporose.

La solidité osseuse dépend de la masse osseuse mais également de l'architecture des travées osseuses. Plus les travées sont nombreuses et s'entrecroisent dans un lacis complexe, plus elles sont capables d'absorber les chocs.

Suis-je à risque d'ostéoporose ?

Faire une fracture après un faible impact est généralement un signe d'ostéoporose. Les autres facteurs de risque sont :

- l'âge ;
- la ménopause ;
- le tabagisme ;
- l'excès d'alcool ;
- des antécédents familiaux d'ostéoporose ;
- la prise de médicaments (cortisone, anti-épileptiques, etc.) ;
- certaines maladies : polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante, maladies endocriniennes, maladie du foie, maladies du tube digestif, SIDA, maladies neurologiques, etc.

Comment détecter l'ostéoporose ?

La masse osseuse d'un individu est mesurée au cours d'un examen d'ostéodensitométrie au niveau des sites les plus représentatifs de l'ossature humaine, à savoir la colonne lombaire et la hanche. Il s'agit d'un examen non invasif (c'est à dire qu'il n'y a pas de piqûre ou d'ingestion de produit) durant lequel la masse osseuse à ces sites est mesurée selon leur capacité à absorber une petite dose de rayons X (la technique s'appelle de ce fait : absorptiométrie biphotonique par rayons X). Les valeurs obtenues sont alors comparées aux valeurs théoriques normales, ce qui permet de poser un diagnostic d'ostéoporose et, surtout, de calculer le risque fracturaire sur les années à venir en intégrant la valeur de masse osseuse dans un algorithme qui tient également compte des facteurs de risque ci-dessus.



Prise en charge de l'ostéoporose

Il existe plusieurs modalités de traitement. Sans rentrer dans les détails, l'activité physique est essentielle à la maintenance voire l'accroissement de la masse osseuse. Un apport alimentaire suffisant en calcium est nécessaire, et il est important d'avoir des taux sanguins de vitamine D dans les normes. Enfin, il existe de nombreux traitements médicamenteux dont l'efficacité a été bien démontrée pour réduire le risque fracturaire, y compris chez des personnes souffrant d'ostéoporose sévère. Dépister l'ostéoporose a donc beaucoup de sens puisqu'elle peut être traitée !

En pratique

L'examen dure 20 minutes et ne nécessite pas d'être à jeun. Aucune injection ou administration de produit n'est réalisée. Il est demandé à la personne réalisant l'examen de rester étendue, immobile durant 10 minutes sur une table située librement dans une grande pièce.

L'examen est remboursé par l'INAMI dans de nombreuses situations (par exemple après avoir subi une fracture de faible impact).

Dans le cas où vous avez subi une fracture et avez bénéficié d'un traitement orthopédique aux Cliniques Saint-Luc, vous serez probablement contacté par courrier ou par téléphone pour vous inviter à réaliser un examen d'ostéodensitométrie et, éventuellement, rencontrer un rhumatologue.



Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCL BRUXELLES

SUIVEZ-NOUS SUR



INFORMATIONS

**DÉPARTEMENT DE MÉDECINE INTERNE
ET SERVICES ASSOCIÉS**

SERVICE DE RHUMATOLOGIE

CONTACT : +32 2 764 29 92

Les examens d'ostéodensitométrie se déroulent au -2 route 609 (inscription et prise de rendez-vous à la consultation de rhumatologie au -2 route 604 – tél. 02 764 29 92).

Plus d'informations sur www.saintluc.be > Services médicaux > Rhumatologie



Éditeur responsable : Thomas De Nayer / Service de communication
Photos : Shutterstock / DR

Cliniques universitaires Saint-Luc
Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles
www.saintluc.be