

Florida  
**Osteoporosis**  
Prevention  
& Education Program

## **Pwogram Prevansyon ak Edikasyon Osteyopowoz nan Florid**

### **Gason fas ak Maladi Osteyopowoz**

Osteyopowoz la, yon maladi ki lakòz eskelèt lan vin febli epi fè zo yo kase, se yon veritab gwo danje pou plis pase 2.0 milyon gason ozetazini jounen jodi an. Li touche prèske mwatye nan tout kategori moun – gason ak fanm – ki gen plis pase 75 an. Anvan gason yo vin gen 90 an, 6% ladan yo va soufri ak zo hanch kase kòm konsekans maladi osteyopowoz la. Yo estime yon tyè (1/3) nan tout ka zo hanch kase yo, se kay gason yo rive, epi anpil fwa, sentòm ti vètèb zo kase yo rive apepre mwatye mwatye kay gason ak kay fanm.

Maladi Osteyopowoz la devlope mwen souvan kay gason yo pase kay fanm yo paske gason gen eskelèt yo pi laj, epi yo kòmanse pèdi nan zo yo pi ta; epitou maladi a pran plis tan pou li gaye; yo pa genyen yon peryòd chanjman òmon rapid lakay yo ki fè yo pèdi zo yo rapid. Men pandan dènye lane ki sot pase la yo, yo rekonèt pwoblèm maladi osteyopowoz la kay gason reprezante yon kokenn tètchaje pou lasante piblik; sitou apre yo te fin estime ant lane 1993 ak lane 2050, kantite gason ki depase laj 70 an yo, va double.

Alòske fanm pèdi nan kantite zo yo pi rapid nan lane apre yo fin fè menopoz yo, bò laj 65-70 an konsa, fanm ak gason pèdi nan kantite zo yo ak menm rapidite; epi kantite kalsyòm diminye pou toulède sèks yo.

#### **Ki kòz maladi a kay gason?**

- Lè yo pran pandan lontan kèk medikaman, tankou estewoyid pou tretman opresyon, atrit, ak lòt maladi; medikaman antikonvilsivan, kèk tretman kansè ak antiasid ki gen aliminyòm ladan yo.
- Maladi kwonik ki touche ren yo; poumon yo; vant, ak trip yo oswa ki vin chanje nivo òmon yo.
- Lè yo pa dyagnostike nivo ba òmon gason yo ki rele testostewòn nan.
- Move abitud nan jan y ap viv (tankou fimen, bwè twòp alkòl, pa pran ase kalsyòm, ak egzèsis ki pa fèt kòmsadwa).
- Laj: Plis ou granmoun, pi plis chans ou genyen.
- Eredite.
- Ras: Gason blan sanble plis andanje, men tout gason ka devlope maladi sa a.