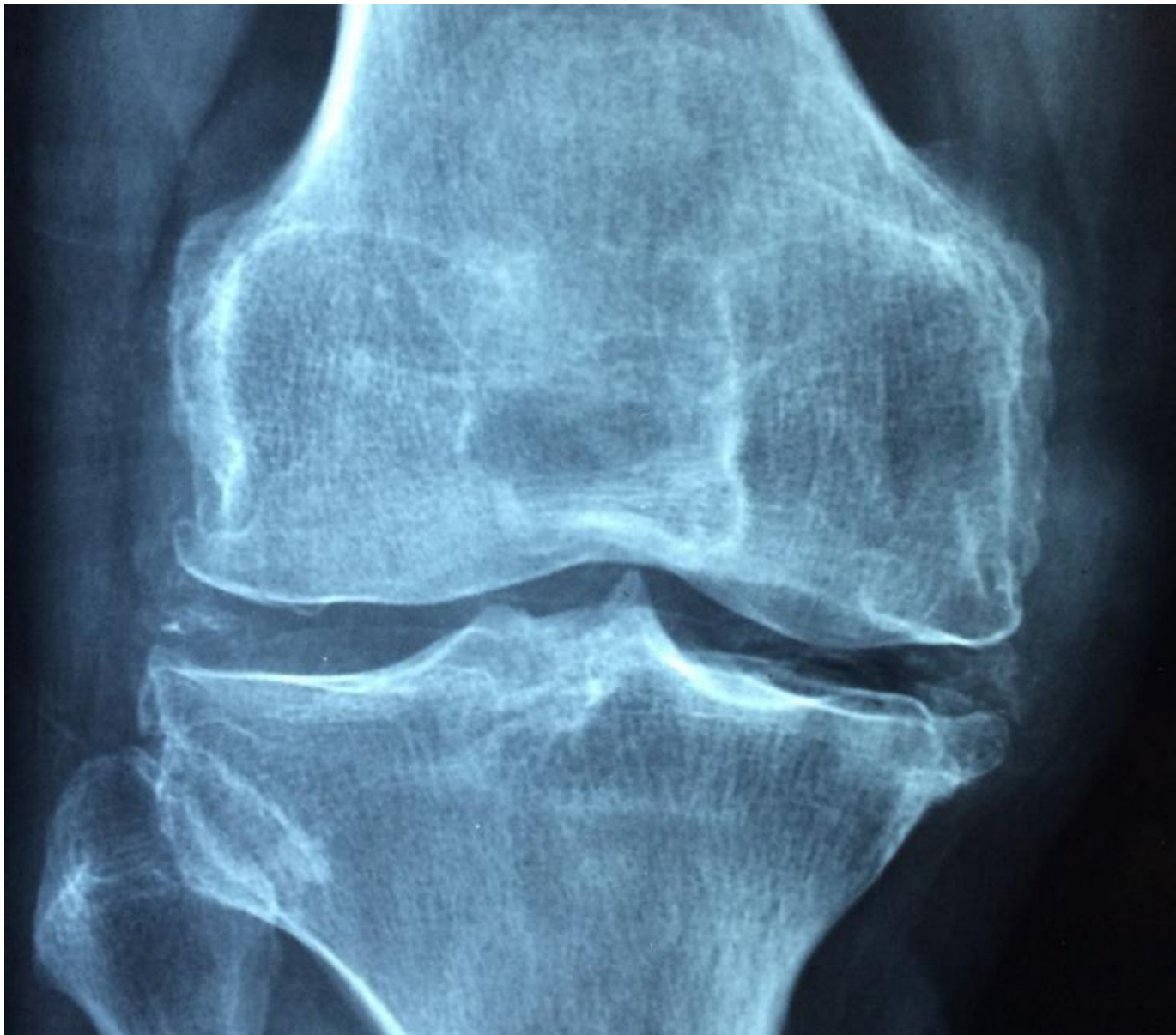


Profilaktyka osteoporozy tematem „Środy z Profilaktyką”



Profilaktyka osteoporozy tematem „Środy z Profilaktyką”

Data publikacji

21.10.2020 12:55

Dzisiejsza "Środa z Profilaktyką" organizowana przez NFZ poświęcona będzie profilaktyce osteoporozy.

- Ponad 200 milionów osób na świecie boryka się z chorobą jaką jest osteoporoza. W Polsce stanowi istotny problem społeczny, który będzie narastać wraz ze starzeniem się społeczeństwa.
- Osteoporoza jest chorobą układu szkieletowego, która prowadzi do złamań kości w wyniku nawet niewielkiego urazu. Złamania takie – tzw. złamania osteoporotyczne – są konsekwencją zmniejszenia gęstości mineralnej kości oraz zaburzeń jej struktury i jakości.
- Czynnikiem wpływającymi na gęstość mineralną i masę kości są:
 - odpowiednia ilość wapnia, fosforu i witaminy D w diecie,
 - odpowiednie spożycie białka,
 - aktywność fizyczna,
 - czynniki genetyczne oraz hormonalne.

[Ulotka informacyjna.](#)

[Film informacyjny.](#)

Źródło:

<https://www.facebook.com/akademianfz/photos/a.1598976530164096/3536705233057873/?type=3&theater>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)