

Tisková zpráva

Lékárníci poskytnou poradenství v rámci Světového dne osteoporózy. Nejlepší je prevence.

Praha 14.10.2016: Ve čtvrtek 20. října se každoročně koná Světový den osteoporózy. Stejně jako v předchozích letech se k němu připojí i lékárníci, kteří budou pacientům poskytovat rozšířené poradenství v oblasti prevence a léčby osteoporózy. Připraveny jsou pro ně podrobné informace o příčinách, léčbě a především prevenci osteoporózy v zapojených lékárnách.

Osteoporóza, neboli řídnutí kostí, je chronické, postupující onemocnění kostry. Charakterizované je úbytkem kostní hmoty a poruchami stavby kostí s následným zvýšením jejich křehkosti a zvýšeným rizikem zlomenin. Toto onemocnění je někdy dlouhou dobu bezbolestné nebo se může projevovat jen pobolíváním v zádech. Nežádka se na něj přijde až s první zlomeninou.

Vyšší riziko osteoporózy mají hlavně ženy ve věku nad 50 let, osoby s nízkou tělesnou hmotností, malou fyzickou zátěží, kuřáci, konzumenti nadměrného množství alkoholu a lidé, kteří užívají dlouhodobě kortikoidy nebo lidé trpící některými onemocněními.

Osteoporózu je nutné léčit, její následky mohou být závažné. Lze jí ale také předcházet. Pro správnou prevenci je důležitá vhodná životospráva a to již v dětském a pubertálním věku. Prvním pravidlem je správné složení stravy s dostatkem vápníku, vitamínu D a ostatních důležitých prvků. Druhým důležitým pravidlem je minimalizace rizikových faktorů, jako je omezení kouření, konzumace alkoholu a příjmu soli ve stravě. Pro udržování zdravých a pevných kostí je podstatný také pravidelný tělesný pohyb, odpovídající zdravotnímu stavu. Ne vždy je nutné v rámci prevence užívat léky, často stačí pouze úprava životního stylu a stravování. Lékárníci Vám poradí jak na to.

Více o osteoporóze a její léčbě najdete na webu Lékárnické kapky [zde](#).

Česká lékárnická komora je samosprávná nepolitická stavovská organizace sdružující lékárníky. Byla zřízena zákonem ČNR č. 220/1991 Sb., o České lékařské komoře, České stomatologické komoře a České lékárnické komoře. Její ustavující sjezd se uskutečnil 28. - 29. září 1991.

Česká lékárnická komora dbá, aby její členové vykonávali své povolání odborně, v souladu s jeho etikou a způsobem stanoveným zákony a řády komory. Zaručuje odbornost svých členů a potvrzuje splnění podmínek k výkonu lékárnického povolání. Posuzuje a hájí práva a profesní zájmy svých členů, stejně tak chrání jejich profesní čest.

Pro další informace:

PharmDr. Lubomír Chudoba, prezident ČLnK: +420 734 682 233, chudoba@lekarnici.cz
Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., viceprezident ČLnK: +420 603 796 826, krebs@lekarnici.cz
Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK: +420 776 365 213, bazantova@lekarnici.cz