

Analiza DEXA: Ghidul tău complet pentru evaluarea sănătății osoase

Examinarea DEXA este standardul de aur în diagnosticarea osteoporozei. Acest ghid vă explică procedura pas cu pas, de la pregătire la rezultate, pentru o experiență fără griji.

Înainte de Analiză: Pregătirea Simplă

**Cu 24 de ore înainte:
Atenție la Caciu!**



Opriti administrarea suplimentelor de calciu, multivitaminelor sau antiacidelor care conțin calciu, deoarece acestea pot interfera cu acuratețea măsurătorilor.

**În ziua examinării:
Confortul este cheia**



Puteti mânca și bea normal. Îmbrăcați-vă cu haine lejere, de bumbac. Lăsați acasă bijuteriile, ceasurile, cheile, monedele și ochelarii cu ramă metalică.

În Timpul Procedurii: La ce să te aștepti



O experiență relaxantă de 10-30 minute.
Vă veți întinde pe o masă plată și căptușită. Brațul mecanic va trece pe deasupra corpului fără să vă atingă.



Poziționarea pentru precizie (Coloană)

Pentru coloană, picioarele pot fi sprijinite.



Fără „tuneiri” sau durere:

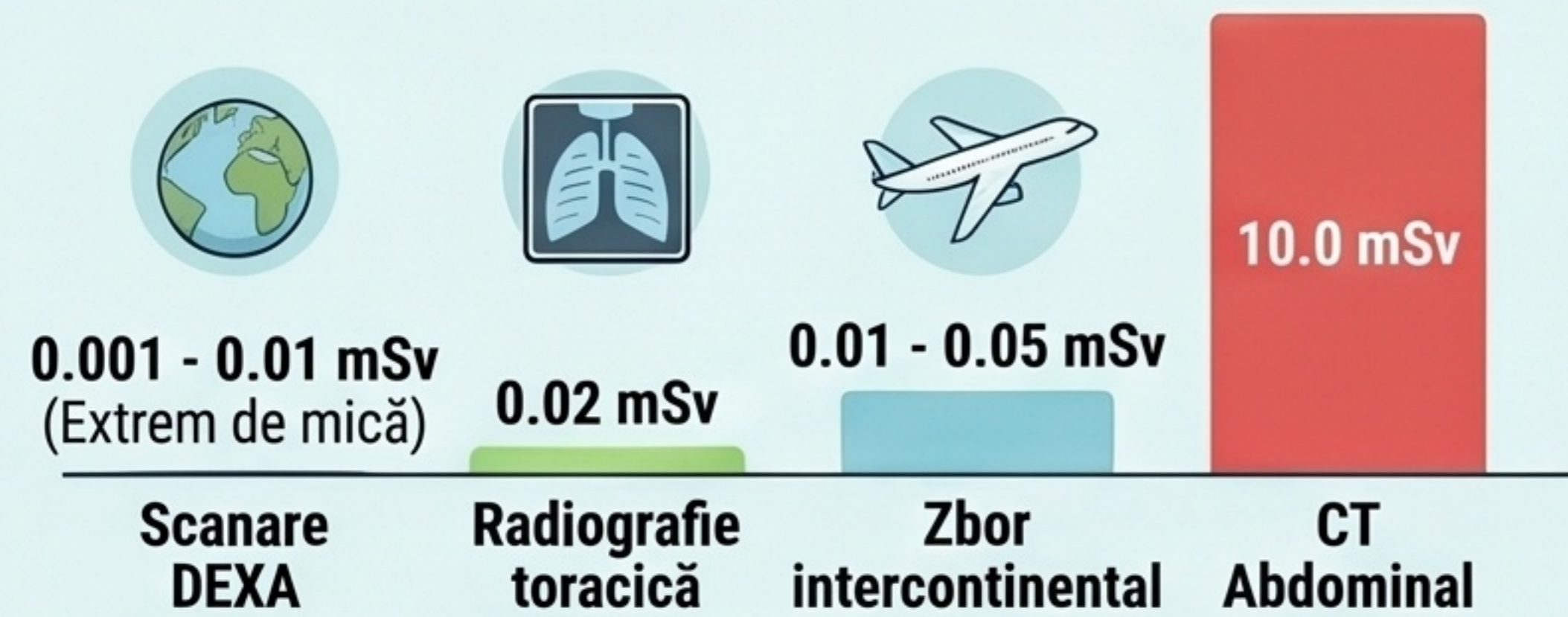
Aparatul DEXA este o masă deschisă, deci nu există risc de claustrofobie, iar procedura este complet nedureroasă.

Poziționarea pentru precizie (Șold)

Pentru șold, piciorul poate fi rotit ușor spre interior.

Siguranța Ta: Mitul Radiațiilor

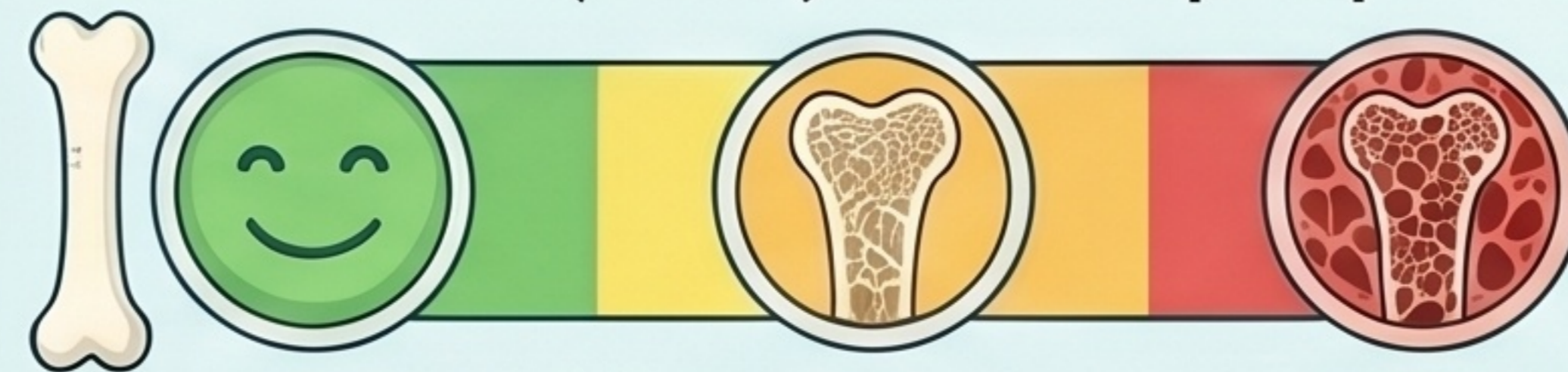
Doza de radiații este neglijabilă



Expunerea la radiații în timpul unui test DEXA este echivalentă cu radiația naturală de fond primită într-o singură zi sau cu un zbor de câteva ore.

Interpretarea Rezultatelor: Ce înseamnă cifrele?

Scorul T (T-score): Indicatorul principal



Normal:
-1.0 sau mai mare
Densitate osoasă sănătoasă

Osteopenie:
între -1.0 și -2.5
Masă osoasă scăzută

Osteoporoză:
-2.5 sau mai mic
Os poros, risc crescut de fractură

Raportul medical este gata, de regulă, în 1-3 zile lucrătoare și include scorurile T, 2 și riscul de fractură FRAX.

Dialogul cu Medicul: Întrebări esențiale

Care este riscul meu de fractură pe 10 ani (scorul FRAX)?

Cât de des trebuie să repet analiza?

Am nevoie de tratament medicamentos sau doar de suplimente și exerciții?

Important pentru siguranța dumneavoastră: Acest material este de informare și nu înlocuiește o discuție cu personalul medical. Urmați întotdeauna recomandările medicului curant.