

# PENTRU OASE MAI PUTERNICE

## EVALUAREA RISCULUI DE OSTEOPOROZĂ

Aflați dacă aveți oricare dintre acești factori comuni de risc:

 <p>AVEȚI PESTE 60 DE ANI?</p>	 <p>VREUN OS RUPT DUPĂ VÂRSTA DE 50 DE ANI?</p>	 <p>AȚI PIERDUT MAI MULT DE 4 CM ÎN ÎNALȚIME?</p>	 <p>AVEȚI ISTORIC ÎN FAMILIE?</p>
 <p>CĂZĂTURI FRECVENTE?</p>	 <p>TRATAMENT CU GLUCOCORTICOIZI?</p>	 <p>ARTRITĂ REUMATOIDĂ?</p>	 <p>DIABET?</p>
 <p>HIPERTIROIDISM SAU HIPERPARATIROIDISM?</p>	 <p>BOLI DIGESTIVE?</p>	 <p>TERAPIE PENTRU CANCERUL DE SÂN SAU PROSTATĂ?</p>	 <p>NIVEL SCĂZUT DE TESTOSTERON?</p>
 <p>MENOPAUZĂ PRECOCE? AU ÎNCETAT CICLURILE LUNARE?</p>	 <p>OVARELE AU FOST ÎNDEPĂRTATE CHIRURGICAL?</p>	 <p>SUNTEȚI SUBPONDERAL/Ă?</p>	 <p>STAȚI INSUFICIENT LA SOARE?</p>
 <p>PREA PUȚINĂ ACTIVITATE FIZICĂ?</p>	 <p>TREBUIE SĂ EVITAȚI PRODUSELE LACTATE?</p>	 <p>CONSUMAȚI PREA MULT ALCOOL?</p>	 <p>FUMAȚI?</p>



**Nu lăsați osteoporoza să vă afecteze!**  
Dacă sunteți expuși la aceste riscuri, vorbiți cu medicul dumneavoastră!

