## *د.صبري زيادة استشاري جراحة العظام بمستشفيات الحمادي.. يجيب على التساؤل:*
## *هل ممكن أن تصاب النساء بهشاشة العظام قبل سن اليأس،وما هي الأسباب؟*

نعم، يمكن أن تُصاب المرأة بهشاشة أو ضعف في كثافة العظام قبل سن اليأس،وإن كان ذلك أقل شيوعًا من هشاشة ما بعد انقطاع الطمث. وفي النساء قبل سن اليأس، إذا وُجدت هشاشة حقيقية، فمن المهم البحث عن سبب ثانوي قابل للعلاج.

*أهم الأسباب المحتملة:*

*اضطرابات الهرمونات:مثل انخفاض هرمون الإستروجين، انقطاع أو عدم انتظام الدورة لفترات طويلة، اضطرابات الغدة الدرقية أو جارات الدرقية،وارتفاع الكورتيزول.

*نقص الكالسيوم أو فيتامين D أو سوء التغذية.

*النحافة الشديدة أو فقدان الوزن وقلة الكتلة العضلية.

*قلة النشاط البدني، خصوصًا عدم ممارسة تمارين حمل الأوزان.

*أمراض معينة مثل:الداء الزلاقي disease Celiac

وسوء امتصاص الغذاء، أمراض الكلى أو الكبد،وبعض الأمراض الالتهابية مثل: التهاب المفاصل الروماتويدي.

*بعض الأدوية،وأهمها الكورتيزون عند استخدامه لفترات طويلة،إضافة إلى أدوية أخرى قد تؤثر في العظام.

*العامل الوراثي:وجود تاريخ عائلي لكسور أو انخفاض كتلة العظام.

*الحمل والرضاعة:قد يحدث انخفاض مؤقت في كثافة العظام،ونادرًا جدًا يمكن أن تحدث هشاشة مرتبطة

بالحمل والرضاعة،وقد تكون مصحوبة بكسور في الفقرات.

*وأحيانًا تكون هناك هشاشة غير معروفة السبب رغم عدم العثور على مرض واضح.

*نقطة مهمة جدًا:*

إذا كانت المرأة قبل سن اليأس وظهر لديها انخفاض في كثافة العظام في فحص DXA،فلا يُفسَّر الأمر تلقائيًا بأنه "هشاشة". تقييم كثافة العظام قبل سن اليأس يختلف عن تقييمها بعد انقطاع الطمث،وغالبًا يُستخدم score-Z مع النظر إلى العمر والتاريخ المرضي ووجود كسور من إصابات بسيطة.