

## پیش بینی استئوپروز در پرسنل نیروی دریایی با استفاده از معیارهای WHO

دکتر رضا لاری پور<sup>۱</sup>، دکتر محمد محمدی<sup>۱</sup>، دکتر شقایق انوشه<sup>۲</sup>، دکتر ریحانه افزازی<sup>۲</sup>

۱ - پژوهشگر، پژوهشکده طب دریا و زیرسطحی نداجا

۲ - پژوهشگر، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

مقدمه: بیماری استئوپروز یا پوکی استخوان شایع ترین بیماری متابولیک استخوان است که میتواند باعث کاهش استحکام استخوان و در نتیجه افزایش خطر شکستگی شود. این بیماری به عنوان یک بیماری خاموش شناخته شده، که بدون هیچ علامتی پیشرفت میکند تا با اندک فعالیت، شکستگی اتفاق بیفتد. در آمریکا ۱۲ میلیون مرد وزن به پوکی استخوان مبتلا هستند و حداقل ۴۰ میلیون نفر کاهش تراکم استخوانی (استئوپنی) دارند شیوع این بیماری با افزایش سن، زیاد می شود مردان نسبت به زنان کمتر مبتلا می شوند. بتازگی پوکی استخوان (استئوپروز) به عنوان یک مشکل بهداشتی اساسی جامعه پدید آمده است. این بیماری با کاهش میزان تراکم استخوان همراه با تخریب ریزساختارهای بافت استخوانی مشخص می شود و موجب افزایش شکستگی و ناتوانی، همراه با مرگ و میر می گردد.

روش بررسی: اطلاعات این پژوهش از مطالعه متون و مقالات معتبر و جستجوی کتابخانه ای استخراج شده است. در مطالعات مقطعی صورت گرفته در نقاط مختلف دنیا گزارشات متعددی در مورد پوکی استخوان در زنان و افراد عادی وجود دارد. برای بررسی شیوع پوکی استخوان در افراد سنین مختلف ۲۰ تا ۶۴ سال بر حسب معیارهای WHO تراکم توده استخوانی (BMD) اندازه گیری شده و ارتباط پوکی استخوان با سن و نمایه توده بدنی (BMI) بررسی شده است.

یافته ها: بر اساس این مقالات بیشترین میزان BMD در سنین ۲۰ تا ۲۴ سال و شیوع پوکی استخوان با بالا رفتن سن افزایش یافته است و با BMI ارتباطی نداشته است. شیوع آن در مهره های کمر، گردن و کل استخوان ران با استفاده از معیار WHO به ترتیب ۱۱ و ۷/۶ و ۲۶/۳ درصد بود. در آمریکا ۱۲ میلیون مرد و زن به پوکی استخوان مبتلا هستند و حداقل ۴۰ میلیون نفر کاهش تراکم استخوانی (استئوپنی) دارند. شیوع این بیماری با افزایش سن، زیاد می شود مردان نسبت به زنان کمتر مبتلا می شوند. مردان، دارای توده ی اسکلتی بیشتری هستند و تغییرهای هورمونی که موجب تحلیل توده ی استخوانی می شود، در آنها تدریجی و خفیف می باشد. با این حال در مردان برای هر مقدار انحراف معیار کاهش در تراکم استخوان احتمال شکستگی و مرگ و میر بیشتر از زنان است. شیوع کلی پوکی استخوان و استئوپنی در مردان بالای ۵۰ سال ایرانی، ۵۰٪ است و ۱۳٪ از مردان در معرض خطر شکستگی هستند.

بحث و نتیجه گیری: مطالعات انجام شده در این رابطه در مردان بسیار اندک است ولی با توجه به ورزش و تمرینات مختلف نظامی و شاخص توده بدنی مناسب تر در جمعیت نظامیان و به خصوص حضور در شناورها و قرار گرفتن در معرض نور خورشید به نظر می رسد پرسنل نیروی دریایی کمتر در معرض ابتلا به پوکی استخوان باشد. با این وجود بررسی های آینده نگر توصیه می شود.

واژگان کلیدی: پوکی استخوان، WHO، نیروی دریایی