

2025-04-14 Referat från månadsträff i Revsunds Sockenstuga

Osteoporos/Benskörhet En dold folksjukdom var tema för denna månadsträff.

Kanske inte det mest roliga ämnet man kan tänka sig, men ack så viktigt för det finns möjligheter att göra något förebyggande och för den som fått sjukdomen, finns det läkemedel, det och mycket mer ska våra gäster Kristina Andersson och Ann-Marie Jaarne från Osteoporos föreningen berätta för oss lite senare, men först äter vi lunch, en jättegod laxpaj och kaffe och kaka.

Mätta och nöjda får nu Kristina och Ann-Mari ordet. Är du över 50 år har du brutit ett ben efter ett lindrigt fall? Då kan du ha drabbats av en osteoporosfraktur. Det är vanligare än många tror.

Faktum är att varannan svensk kvinna och var fjärde man någon gång i livet kommer att bryta ett ben i kroppen. Om du har osteoporos blir skelettet skörare och du får frakturer mycket lättare.

Tyvärr är det sällan man vet om att man är benskör, utan det uppdagas när man brutit något.



Om du bryter något ben och blotta tanken om att det är en osteoporos fraktur, bör det alltid leda till utredning. Om benskörhet konstateras är det viktigt att förhindra ytterliga frakturer, för det finns idag effektiva läkemedel som dämpar fortsatt nedbrytning och även sådana som bygger upp skelettet. Rekommendationer om kost, motion och livsstil är viktiga komplement.

Kristina Andersson och Ann-Mari Jaarne