

HEALTH CORNER

Cegah Osteoporosis Dengan Bone Mineral Densitometry



Source: Freepik

Osteoporosis atau disebut juga penyakit pengeroposan tulang, seringkali dianggap sebagai *silent disease* karena dapat menyerang secara tiba-tiba tanpa adanya tanda khusus. Hal ini dikarenakan biasanya gejala osteoporosis tidak dirasakan oleh pasien sebelum kemudian terjadi cedera.

Sebagai langkah pencegahan sekaligus meminimalisir risiko komplikasi osteoporosis, masyarakat didorong untuk lebih peduli akan kesehatan tulang dengan melakukan skrining tulang secara rutin. Salah satu pemeriksaan tulang yang direkomendasikan adalah *Bone Mineral Densitometry* (BMD).

Manfaat BMD

Bone Mineral Densitometry adalah tes kepadatan tulang yang berguna untuk mengevaluasi kemungkinan terjadi osteoporosis pada seseorang. Prosedur ini memanfaatkan teknologi sinar-X untuk mengukur jumlah kalsium dan mineral lain di dalam tulang, terutama tulang belakang, tulang panggul, dan tulang di pergelangan tangan.



Source: Vecteezy

Sejumlah manfaat melakukan BMD secara rutin, antara lain:

- Mengidentifikasi turunnya kepadatan tulang sebelum patah tulang terjadi.
- Mengetahui risiko patah tulang.
- Mendiagnosis osteoporosis.
- Mengevaluasi efektivitas terapi osteoporosis.

Prosedur BMD

Prosedur *Bone Mineral Densitometry* biasanya tidak berlangsung lama, hanya sekitar 10-30 menit. Tes ini umum dilakukan pada bagian tulang yang rentan patah akibat osteoporosis dengan dua macam prosedur, yaitu:

- *Central DXA (Dual Energy X-ray Absorptiometry)*. Prosedur ini umum dilakukan untuk mengukur tes kepadatan tulang pada tulang belakang dan tulang panggul. Biasanya Anda akan diminta berbaring di ranjang khusus dan alat radiasi akan melewati tubuh Anda selama pemeriksaan berlangsung.



Source: Freepik

- *Peripheral DXA*, bertujuan untuk mengukur kepadatan tulang di pergelangan tangan, jari-jari dan tumit kaki.

Selain itu, terdapat faktor yang mengharuskan seseorang melakukan *Bone Mineral Densitometry*, seperti:

- Wanita yang sudah memasuki masa menopause.
- Mengalami penurunan tinggi badan sekitar 4 cm, yang merupakan tanda terjadi fraktur kompresi di tulang belakang.
- Mengalami penurunan kadar hormon akibat konsumsi obat-obatan tertentu.
- Mengalami nyeri punggung tanpa sebab jelas.
- Memiliki riwayat penyakit ginjal kronis maupun pernah menjalani transplantasi organ.

Kondisi kesehatan seperti di atas memiliki risiko terkena osteoporosis yang lebih tinggi, maka itu penting untuk mengetahuinya dengan pasti melalui tes kepadatan tulang agar bisa mendapatkan penanganan yang sesuai.

Mari jadwalkan skrining tulang Anda secara rutin untuk langkah pencegahan tepat terhadap osteoporosis!

Persembahan

PT LIPPO GENERAL INSURANCE Tbk

www.lippoinsurance.com

Supported by:



Dilarang mengubah isi atau tulisan dan logo LippoInsurance dalam Health Corner ini tanpa seizin

PT Lippo General Insurance Tbk