

Tájékoztató pácienseknek a DEXA vizsgálatról

[Tekintse meg a DEXA vizsgálatról készült rövid filmet!](#)

Kinek ajánlott a DEXA vizsgálat?

A csontsűrűség mérés 50 éves kor felett mindkét nemnél javasolt bizonyos rizikófaktorok fennállása esetén. Ilyenek pl.: magas, vékony testalkat, genetikai tényezők, 1. típusú cukorbetegség, krónikus máj-, vagy vesebetegség, pajzsmirigy túlműködés, mellékpajzsmirigy betegség. De mindenképpen célszerű a vizsgálat elvégzése klimax körüli életkorban lévő hölgyeknek, illetve mindenkinek

- akinek kis traumára bekövetkező csonttörése volt (nehéz tárgyak emelése, kis esések),
- aki csontritkulást okozó gyógyszereket szed, vagy szedett,
- aki szervátültetés előtt, vagy után van,
- 3 cm-t meghaladó magasság-csökkenés esetén,
- dohányzás,
- korai menopauza,
- Chron betegség
- tej, tejcukor, glutén érzékenység (felszívódási zavar) esetén.

A DEXA vizsgálat ellenjavallatai

- terhesség
- röntgen kontrasztanyag jelenléte a törzsben
- sugárzó izotóp jelenléte a törzsben
- 160 kg-ot meghaladó testsúly

Ki kérhet DEXA vizsgálatot?

Az államilag finanszírozott vizsgálatához szakorvosi beutaló szükséges. Reumatológus, belgyógyász, gasztroenterológus, endokrinológus, traumatológus, ortopédus, nőgyógyász, onkológus szakorvos adhat beutalót. A jelenlegi szabályok szerint háziorvosi beutalóval nem

tudjuk elvégezni a vizsgálatot a NEAK finanszírozás terhére. A szakorvosi beutalóval két régió vizsgálható. Ez minden esetben az ágyéki gerinc szakasz 4 db csigolyája és a jobb, vagy a bal oldali csípő.

Hogy milyen időközönként szükséges ismételni a vizsgálatot, azt a csontok állapota határozza meg. Amennyiben a csontok ásványi anyag sűrűsége (BMD) -1 , vagy annál magasabb, azaz normális, a vizsgálat 3 évente indokolt. Ha ez az érték -1 SD és -2.5 SD között van, ami mérsékelt fokú csontsűrűség csökkenést (osteopeniát) jelez, akkor a vizsgálatot 2 évente szükséges ismételni. Azonban a -2.5 SD alatti érték pathológiás fokú csontsűrűség csökkenést mutat (osteoporosist), és ez évenkénti ellenőrzést igényel a csonttrikulás ellenes kezelés hatékonyságának mérésére.

Amennyiben beutaló nélkül, magánfinanszírozással kívánja igénybe venni a DEXA vizsgálatot, akkor az alábbi vizsgálati csomagok közül van lehetősége választani:

Közvetlen gerinc értékelés

A NEAK finanszírozás terhére elvégzett 2 régiós vizsgálat kiegészítéseként kérhető. Ez a mérés a csigolyatörések precíz kimutatására alkalmas azzal, hogy százalékos arányban jelzi a csigolyatest összeroppanásának mértékét. Ezáltal egy olyan különleges gerinc-vizsgálatot nyújt, amely a csigolyák állapotát 2 irányú ábrázolással képes megjeleníteni, és az esetleges kisebb összeroppanások – csigolyatörések precíz kimutatásával még inkább hozzá tud járulni a csípőtörési veszélyeztetettség megállapításához, így az idejében történő észleléssel segítheti a súlyos következmények előrejelzését és így visszaszorítását.

Alapcsomag

A csomag három régió vizsgálatát tartalmazza, melyek: valamelyik oldali alkar, a csípő, illetve a gerinc ágyéki szakasza. Ez egy alapvizsgálat, melyek eredményével, segítségével a szakorvosok dönteni tudnak arról, hogy szükséges-e gyógyszeres kezelést indítani, illetve hogy indokolt-e kontroll vizsgálat.

Összehasonlító csomag

Ez a csomag az egyik oldali alkar és az ágyéki gerincszakasz mellett mindkét oldali csípő vizsgálatát tartalmazza. Azon túl, hogy a jobb és bal csípő vizsgálata külön-külön megtörténik, azoknak legfontosabb értékeit a számítógépes program össze is hasonlítja. Az összehasonlító csonttrikulálás mérés többletértékét a két csípő esetleg eltérő állapotának a feltárása adja, nehogy a véletlenszerűen választott egyik csontterület mérése téves biztonságérzéssel csapjon be.

Teljes csomag

Ez a csomag az egyik oldali alkar, mindkét csípő, ágyéki gerinc szakasz mellett közvetlen gerinc értékelést is tartalmaz. E mérés által olyan különleges gerinc-vizsgálatot nyújt, amely a csigolyák állapotát 2 irányú ábrázolással képes megjeleníteni, és az esetleges kisebb összeroppanások – csigolyatörések precíz kimutatásával még inkább hozzá tud járulni a csípőtörési veszélyeztetettség megállapításához, így az idejében történő észleléssel segítheti a súlyos következmények előrejelzését és így visszaszorítását.

A csontsűrűség vizsgálatot a 2019. februárjában üzembe helyezett - az ország egyik legkorszerűbb - berendezésén végezzük. Mind a három csomag nyújtja a csontok összehasonlítható pontos adataival: BMD (csontok ásványianyag-sűrűsége), a csonttrikulálás mértékének elfogadott jelzőszámait (T score és Z score), valamint az abból számolható törési kockázatot (FRAX). Egyedülálló többletként határozzuk meg a csigolyák „csontléc” ritkulásának mértékét (TBS) is.

Teljes testösszetétel

A tápláltság és az egészség szoros kapcsolatban vannak. A testösszetétel pontos meghatározása lehetővé teszi a tisztánlátást, a megoldás gyorsabb megtalálását, és követése bizonyítani tudja a kezelés hatékonyságát.

A DEXA berendezés a háttérsugárzást alig meghaladva (egy transzkontinentális repülő út alatti háttérsugárzásnak a tizede) képes az emberi test csont-, izom-, és zsír összetételét

teljes pontossággal elhelyezkedésében is ábrázolni és mennyiségüket arányaikkal együtt meghatározni. Ezek az információk nem csak tápláltsági vagy hormonális zavarokban-, hanem sportolók és egészségtudatos edzettségre vágyó személyek tevékenységének visszaigazolásában is kiemelkedően értékesek lehetnek. Az orvosi tanácsadás és kezelés mellett egészségre vágyókon a személyre szabott edzéstervek kialakítását lehet a mérésekre alapozni.

A testünkön levő zsírmennyiség összértéke nagyon keveset mond egészség kockázatunkról: sokkal veszélyesebb a bőr alatti zsírnál a hasi-zsigeri zsírmennyiség. Az játszik szerepet a szív-érrendszeri betegségek megnövekedett kockázata mellett a 2.típusú cukorbetegség és nőknél az emlőrák és az epekövesség rizikó növekedésében. Mindez kihat a vérnyomásra és a véralvadékonyságra is. A zsírszövetünk hormontermelő szervünk: az egyensúly felborulása megszakítja hormonjai normális működését. Megnövekszik a rossz koleszterin (LDL) csökken a jó koleszterin (HDL) és létrejön az inzulin rezisztencia. Ez utóbbi miatt emelkedik a vércukor és nő a cukor betegség kockázata.

Tehetünk-e ellene? Bizony!

Ha megállapítottuk egy teljesen megbízható vizsgálómódszerrel kockázati helyzetünket, akkor leküzdhetjük a kóros hasi zsírmennyiségből származó fenyegetettséget: testsúly kontrollal, egészséges táplálkozással, és rendszeres fizikai aktivitással, megfelelő edzéstervvel! Valamint természetesen újra ellenőrizve testösszetételünk változását, teljes objektivitással bizonyítható a jóra fordulás, kontrollálható betegség kockázatunk csökken!