

Je suis une femme ménopausée

QUEL EST MON RISQUE D'OSTEOPOROSE ?

UNE OSTEODENSITOMETRIE M'EST-ELLE CONSEILLEE et REMBOURSEE ?

L'ostéoporose est une fragilité de votre squelette avec un risque accru de fracture à l'occasion de traumatismes modérés ou minimes. Plus d'une femme sur 3 sera victime de telles fractures, tant au niveau de la colonne vertébrale que de vos membres, avec notamment la fracture du col du fémur bien connue pour sa gravité. Mais avant la fracture, l'ostéoporose est une maladie silencieuse, alors que des traitements préventifs sont disponibles, efficaces et remboursés.

L'ostéodensitométrie (ou absorptiométrie dans la pratique) est un examen simple et sans risque qui permet de dépister les personnes à risque d'ostéoporose. Il est maintenant pris en charge depuis le 1^{er} juillet 2006 par la CPAM dans certaines situations à risque.

Si vous cocher au moins une des cases du questionnaire ci-joint, demander à votre médecin traitant de vous prendre un rendez-vous d'ostéodensitométrie, il vous sera utile et remboursé (39,96 €).

Dans le cas contraire, si vous êtes une femme ménopausée, un dépistage systématique de l'ostéoporose peut vous être proposé, en sachant qu'il faut vous renseigner auprès de votre mutuelle pour savoir si elle le prendra en charge ou non.

- J'ai présenté une fracture des membres (sauf les doigts et orteils) ou des côtes sans traumatisme important (par exemple, chute de sa hauteur)
- J'ai présenté une fracture avec tassement de vertèbre (sauf le cou) sans traumatisme important (par exemple, chute de sa hauteur)
- J'ai été ménopausée avant l'âge de 40 ans (plus de règles, bouffées de chaleur)
- J'ai eu avant ma ménopause une interruption des règles > 3 mois (en dehors de la grossesse !)
- Je suis maigre, avec un rapport (poids / taille x taille) < 19 kg/m²
(exemples : 53kg/1,68x1,68m=18,8 ou 50kg/1,63x1,63m=18,8 ou 47kg/1,58x1,58m=18,8)
- J'ai fait de l'anorexie
- J'ai pris ou je prends actuellement un dérivé de la cortisone depuis / pendant plus de 3 mois à des doses supérieures à 7,5 mg/jour
- Je prends un traitement au long cours pour un cancer du sein (anti-aromatase), un cancer de la thyroïde, le virus HIV, une endométriose
- J'ai présenté une maladie avec hyperfonctionnement des glandes thyroïdes, parathyroïdes ou surrénales
- Un de mes proches parents (père – mère – fils - fille) s'est fracturé le col du fémur
- Il y a une ostéoporose génétique dans ma famille
- Je suis suivi pour un traitement de l'ostéoporose et j'arrive à la fin convenue de ce traitement (le plus souvent 3 à 5 ans)
- J'ai déjà eu une 1^{ère} absorptiométrie, qui n'avait pas décelé d'ostéoporose, mais une surveillance m'avait été conseillée compte-tenu de ce premier résultat (après 3 à 5 ans)