OSTEOPOROZA

Глумица Сели Филд је недавно описала своју борбу са постменопаузалном остеопорозом — дијагнозу је добила када је имала 60 година упркос томе што је била физички активна и бавила се активностима попут вожње бицикла, планинарења и јоге. Као витка, Бела жена у шестој деценији живота, сигурно је имала неколико фактора ризика за остеопорозу.  
Остеопороза је стање повезано са слабим костима и повећаним ризиком од прелома, уобичајено је код жена након менопаузе. Дефинише се као Т-скор минералне густине костију (БМД) ≤ -2,5 на скенирању апсорпциометрије са двоструком енергијом к-зрака (ДКСА). Национална анкета о здрављу и исхрани од 2013. до 2014. известила је да 16,5% жена старијих од 50 година у САД има остеопорозу (у односу на само 5% мушкараца сличног узраста), са све већом преваленцијом са порастом старости.  
Примарни узрок постменопаузалне остеопорозе је престанак производње естрогена у јајницима у пре и менопаузи. Естроген је веома важан за здравље костију.  
Закључак: пад естрогена започиње још у пременопаузи. Контрола хормона одређује њен почетак а самим тим и започињање хормонске субституције ради превенирања остеопорозе и још много тога итд…