Остеопороз рассматривается как системная болезнь скелета, характеризующаяся ухудшением архитектоники и массы костной ткани. Это приводит к увеличению хрупкости костей и их подверженности переломам. Наиболее важным комплексным фактором первичной медицинской профилактики остеопороза является достаточный уровень потребления кальция, магния, усваиваемых белков, витаминов С и B_6 (синтез коллагена), сочетанный с обеспечением организма витамином Д (смотрите – кальций). Также важны и многие другие микронутриенты (витамины К и B_2, медь, цинк и др.). Практически до конца второго десятилетия жизни человека именно микронутриентная обеспеченность способствует наращиванию максимальной индивидуальной массы и плотности скелета, так называемой пиковой массы костей. Состояние скелета после 40 лет определяется той максимальной плотностью, которой индивидууму удалось достичь к 20–25 годам, а позже – той скоростью, с которой человек теряет эту костную массу. Таким образом, задачи ПМП и ВПМ сводятся к обеспечению наращивания пиковой массы костей первые двадцать лет жизни и сокращению потерь костной массы после 40 лет.

Оценка состояния здоровья – мероприятия, направленные на идентификацию количественных и качественных целевым образом выбранных показателей здоровья, выраженных в принятых единицах учёта или измерения (баллы, проценты и др.). Использование программных или автоматизированных средств контроля состояния здоровья позволяет говорить об объективном и возобновляемом характере исследования, возможности динамического контроля (мониторинга) за данными показателями, например, с целью оценки эффективности проводимых корригирующих и восстановительных мероприятий. Субъективная оценка состояния здоровья базируется на самочувствии субъекта исследования и имеет исключительно важное значение для медицины. В некоторых случаях именно негативная оценка состояния собственного здоровья является прогностическим признаком надвигающейся угрозы здоровью и жизни в условиях отсутствия инструментально-лабораторных показателей нозогенных изменений состояния здоровья.

Опубликовано в составе монографии:

УДК 616-084

ББК 51.1(2)5

А23

Терминология профилактической медицины: **моногр. / А.Е. Агапитов, Д.В. Пивень**. – 2-е изд., перераб. и доп. – Иркутск: РИО ГБОУ ДПО ИГМАПО,

Phoca PDF

2013. – 172 с.

© Агапитов А.Е., Пивень Д.В., кафедра общественного здоровья и здравоохранения ГБОУ ДПО "ИГМАПО Минздрава России", **2013**

Веб-публикация: **Андрей Таевский** в составе проектов:

ЭкспертЗдравСервис

Миссия профилактической медицины

Все права защищены. При копировании материала ссылка на источник обязательна.

Phoca PDF