OSTÉOPOROSE

Définition OMS

- **Ostéopénie** : -2,5 DS < T-score ≤ -1
- **Ostéoporose** : T-score **≤ -2,5 DS**
- **Ostéoporose sévère** :
  - T-score ≤ -2,5 DS
  - + fracture

Causes

- **IR** :
  - Post-ménopausique
- **2ndR** :
  - **Endoc** :
    - Hyperparathyroïdie
    - Hyperthyroïdie
    - Hypercorticisme
  - **Médocs** :
    - **CTC**, analogues LH-RH, AE, Li
  - **TABAC**, **OH**
  - **PR**, **SPA**
  - **Hémochromatose**

FDR

Indications remboursées DMO +++

- ***Femme ménopausée*** :
  - **ATCD fam fracture sévère** sans trauma majeur, au 1er degré
  - **IMC < 19**
  - **Ménopause précoce** < 40 ans
- ***Tous âges et sexes*** :
  - **Fracture vertébrale** hors trauma
  - **Fracture périph** hors trauma
  - **CTC** > **3 mois** > **7,5** mg/j
  - Analogue GnRH
  - Pathologies :
    - **Hyperthyroïdie**,**hypercorticisme**, **Hyperparathyroïdie**
    - Ostéogénèse imp, hypogonadisme prolongé

FDR autres

- F
- **Âge**
- **Ménopause**
- **Tabac**-OH
- Sédentarité
- Régime faible en Ca

FDR fracture

- **DMO**
- **ATCD fracture ostéoporotique**
- **FDR de chute** :
  - Troubles marche/équilibre, neuro
  - Démence
  - BAV, hypoTA ortho
  - Iatrogénie

Diagnostic

Clinique

- **Fracture périph hors trauma**
- **Fracture vertébrale** :
  - Rachialgies aiguës mécaniques
  - Examen neuro N
  - Pas d'AEG
  - Localisation **< T6**

Imagerie

- **Rx standards** :
  - **Déminéralisation homogène**
  - PAS d'ostéolyse, géodes, condensation
  - **FV** :
    - Symétrique, cunéiforme, galette
    - PAS vertèbre borgne ou ivoire
    - **Respect mur post** !!
    - **< T6**
- **TDM** / **IRM** si doute

DMO

- **Ostéoporose** :
  - T-score **≤ -2,5 DS**

Bio = N +++

- **Eliminer MM** ou **métas osseuse** :
  - **NFS**, **VS**, **CRP**
  - **EPP** + protéinurie
  - CA 15,3 si ATCD K sein
- **Ostéoporose 2ndR** :
  - **TSH**
- **Bilan phospocalcique** :
  - 25-OHD3
  - Ca, Ph, calciurie, créat
- Chez l'H :
  - Testostéronémie

PEC

RHD

- **Activité physique**, **en charge**
- **Apports suffisants vitamino-calciques** :
  - Calcium ≥ 1g/j
  - **Supp vitamino-calcique** si carence ++
    - Vit D3 = 800 UI/j
  - **Exposition solaire**
- **ARRÊT TABAC-OH**
- **Prévention chutes** ++++

Ttt médicamenteux

- **APRÈS correction des carences** :
  - **BIPHOSPHONATES** en 1ère intention :
    - Après bilan stomato et pano dentaire
    - Alendronate
    - **1 fois /sem**, en 1 prise po
    - **Matin à jeun**
    - **Eau peu minéralisée**
    - **Assis ou debout**, pdt **30 min**
  - **Si échec** ou **intolérance** :
    - Ranélate de strontium
    - THS

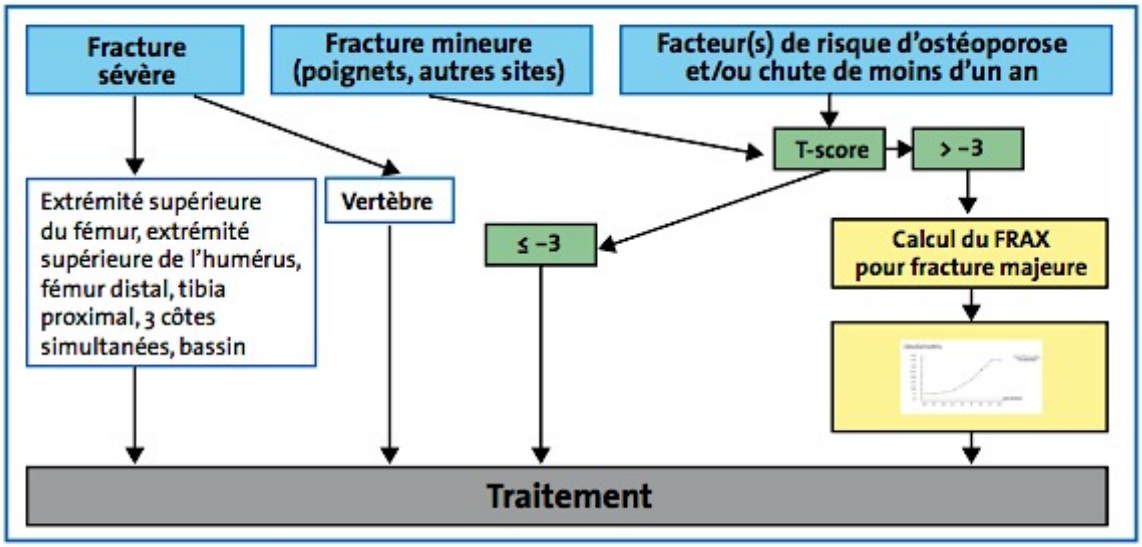

FIG. 2 : Arbre décisionnel du traitement de l'ostéoporose.

Ttt sympto

- Fracture périph :
  - Antalgiques, immobilisation
  - Ttt chir ou ortho
- **Fracture vertébrale** :
  - **Antalgiques**
  - **Mise en décharge** et **repos**
  - **Immobilisation par corset rigide**
  - **Lever précoce** avec corset
  - **Rééducation rachidienne** à distance :
    - **Luttre contre cyphose**

Surveillance

- Observance, tolérance
- Prévention des chutes
- **Fracture vertébrale** :
  - **Taille**
  - **Rx rachis** si rachialgies ou perte de 3cm
- **PAS FRAX pour suivi d'efficacité +++**