

Votre médecin vous a annoncé que vous avez une ostéoporose.

Que pensez-vous, que savez-vous de cette maladie ?

Notez vos réponses, pour en parler avec votre médecin lors de votre prochaine consultation.
Gardez vos notes pour les relire dans quelques mois, vous pourrez ainsi voir si vous avez changé d'idées.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Nous avons rencontré des personnes pour parler de l'ostéoporose.

Voici ce qu'elles nous ont dit.

- C'est une perte de densité des os, qui les rend fragiles et donc qui augmente le risque de fractures.
- Ce sont les os qui perdent de leur densité. On voit des petites vieilles courbées, ayant perdu de la hauteur en taille.
- Ma mère par exemple a les vertèbres cassées et elle n'a jamais rien senti.
- La maladie vient avec l'âge, le plus souvent au moment de la ménopause.
- Je pense qu'il vaut mieux ne pas manger de viande le soir.
- Dans le cas de l'ostéoporose, tu n'as pas de symptômes, après quand tu découvres, ça peut être trop tard ! Tu ne le sens pas venir.