

29.06.10. 24h
3253

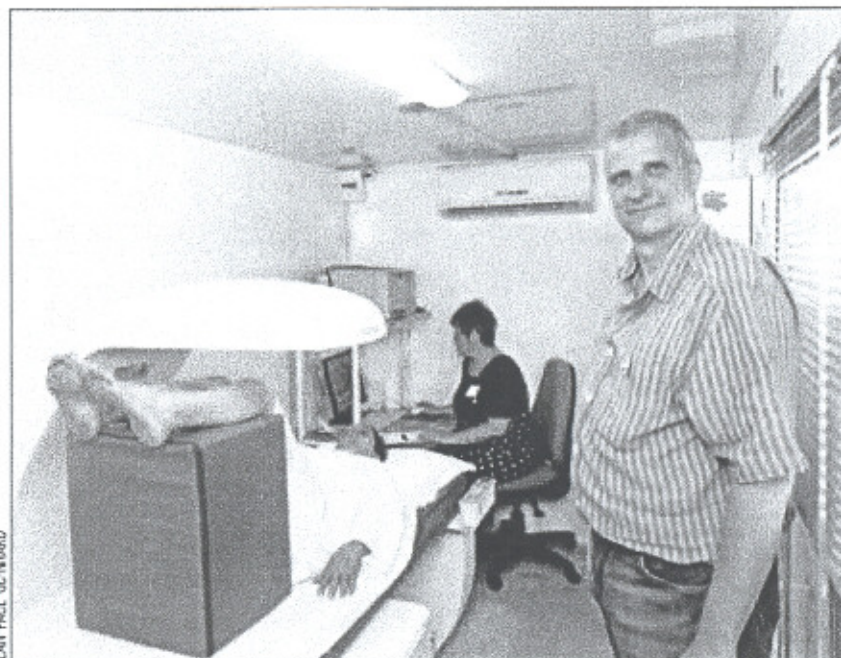
Un camion itinérant pour dépister l'ostéoporose

PRÉVENTION

Dès lundi prochain, à Lausanne d'abord, l'Ostéo-Mobile proposera aux Vaudois un bilan osseux.

L'ostéoporose touche majoritairement les femmes âgées. Est-ce la raison pour laquelle cette maladie qui fragilise les os et provoque des fractures souffre d'un manque de reconnaissance dans les milieux médicaux et de la recherche? Responsable du Centre des maladies osseuses du CHUV et de l'unité du même nom au sein de l'Hôpital fribourgeois (HFR), le Dr Marc-Antoine Krieg n'est pas loin de le penser.

D'où l'étape importante que marque le démarrage, la semaine prochaine à Lausanne, de la tournée de deux ans dans tout le canton de Vaud de l'Ostéo-Mobile. Ce camion itinérant donne l'occasion aux femmes, pour la modique somme de 20 fr., d'effectuer une densitométrie. Cet examen permet d'établir si elles souffrent d'ostéoporose et, dans la négative, si elles présentent néanmoins des facteurs de risque pour l'avenir. Moins touchés, les hom-



Le Dr Marc-Antoine Krieg avec une patiente dans l'ostéo-mobile qui va rouler pour les Vaudois dès lundi prochain.

mes sont aussi les bienvenus!

«Une femme sur deux de plus de 50 ans fera à coup sûr une fois dans sa vie une fracture», explique le Dr Krieg, dont l'intérêt pour l'ostéoporose remonte à 1992, lorsqu'il travaillait au CHUV comme assistant du professeur Peter Burckhardt, pionnier dans le domaine de la pré-

vention et du traitement de l'ostéoporose.

L'Ostéo-Mobile va permettre d'approcher près de 1200 patients. «Notre objectif est d'évaluer l'opportunité et la fiabilité d'un programme généralisé de dépistage de l'ostéoporose par la densitométrie.» Actuellement, cet examen n'est remboursé par l'as-

surance que sous certaines conditions. A noter que la densité des os ne dit pas tout. Leur qualité joue un rôle tout aussi important. «Plusieurs facteurs influent sur la qualité des os», précise le Dr Krieg. Outre l'âge et le sexe, il y a notamment l'hérédité (un parent a-t-il déjà eu une fracture?), le tabac, l'alcool. La prise de cortisone peut aussi avoir des effets sur la qualité des os.

Pour l'heure, les femmes sont souvent réticentes lorsqu'on leur propose un traitement, pourtant efficace, contre l'ostéoporose. «A 70 ans, elles pensent que tomber ou marcher le dos voûté, c'est normal», déplore le spécialiste.

Fruit d'un partenariat valdo-fribourgeois inédit, l'Ostéo-Mobile dispose d'un budget de 400 000 fr. sur deux ans financé par le canton, la Fondation Lœnaards et la Loterie Romande.

FRANCINE BRUNSCHWIG

Conférence d'information jeudi à 17 h (CHUV, audit. César-Roux). Ostéo-Mobile à Lausanne du 5 au 9 juillet (sur rendez-vous, tél. 021 314 95 48). Tournée vaudoise sur www.osteo-mobile.ch, d'ici à quelques jours.

Recette pour des os solides

La prévention de l'ostéoporose commence dès l'enfance. «Une bonne nutrition, c'est primordial», souligne le Dr Krieg, responsable du Centre des maladies osseuses du CHUV.

Il importe de veiller à l'apport suffisant de protéines, de calcium et de vitamine D. Important aussi: la pratique régulière d'activités physiques.

On trouve du calcium dans les produits laitiers (lait, fromage à pâte dure, yogourts). La vitamine D est surtout fournie par le soleil, mais en été seulement. On en trouve dans les poissons gras (saumon, morue). Les personnes de plus de 50 ans manquent en général de vitamine D, d'où la recommandation de prendre des suppléments (gouttes ou gélules). Une prise de sang permet de connaître son taux de vitamine D.