

অস্টিঅ'প'ৰ ছিছ মূলতঃ এবিধ হাড়ৰ ৰোগ। আমাৰ দেশৰ অধিকসংখ্যক লোকেই এই ৰোগ সম্পৰ্কে তেনেই অজ্ঞ বুলিব পাৰি। ইণ্টাৰনেচনেল অস্টিঅ'প'ৰ ছিছ ফাউণ্ডেচনৰ তথ্য অনুযায়ী প্ৰতি তিনিগৰাকী মহিলাৰ এগৰাকী আৰু প্ৰতি আঠজন পুৰুষৰ এজন এই ৰোগত আক্ৰান্ত হয়। ভাৰতত এই পৰিসংখ্যা আৰু অধিক। ৪৫ বছৰ বয়সৰ ওপৰৰ দুগৰাকী মহিলাৰ এগৰাকী আৰু এক চতুৰ্থাংশ পুৰুষ এই হাড়ৰ ৰোগৰ বলি হ'বলগীয়া হয়। ভাৰতবৰ্ষ আৰু চীনৰ এক চতুৰ্থাংশ লোকৰ হিপ'ব'নৰ ফ্ৰেকচাৰৰ কাৰক হিচাপে এই অস্টিঅ'প'ৰ ছিছ ৰোগক ধৰা হয়।

শৰীৰৰ উন্মুক্ত হৈ পৰা হাড়োৱাৰ সাধাৰণতে অস্টিঅ'প'ৰ ছিছৰ চিকাৰ হয়। যিৰে চিমেন্টৰ



লেপনে উন্মুক্ত লোহাৰ ৰড এডালক অধিক মজবুত কৰি তোলে, ঠিক সেইদৰে হাড়বোৰো কেলছিয়াম আৰু ফছফেটৰ সৈতে পানী লগ লাগি সৃষ্টি হোৱা



এবিধ চিমেন্ট সদৃশ পদাৰ্থই মজবুত কৰি ৰাখে। সেইবোৰৰ হীন-ডেটিয়ে হাড় এডালক উন্মুক্ত কৰি তোলে আৰু ই ঠুনুকা হৈ পৰে। ইয়াৰ ফলত সামান্য অস্বাৰ্থতাৰ ফলতে হাড়বোৰ ভাগি-ছিগি খণ্ড-বিখণ্ড হৈ পৰিব পাৰে।

সাধাৰণতে শৰীৰত কেলছিয়ামৰ অভাৱৰ বাবেই ব্যক্তি

জিতুমণি পাঠক

এজন অস্টিঅ'প'ৰ ছিছ ৰোগত আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে। এজন ব্যক্তিৰ জীৱনত কেলছিয়ামৰ ভূমিকা অপৰিসীম। তেওঁৰ চিন্তাক শৰীৰলৈ কঢ়িয়াই নিয়াৰ পৰা আৰম্ভ কৰি হৃদস্পন্দন নিয়মীয়া গতিত চলাই ৰখালৈকে অলেখ-অযুত কামত এই কেলছিয়ামৰ ব্যৱহাৰ হয়। সেয়েহে কেলছিয়ামক লৈ শৰীৰ আৰু হাড়ৰ মাজত যেন এক নিৰন্তৰ ৰণ চলি থাকে। যেতিয়াই কোনো কাৰণত তেজত কেলছিয়ামৰ পৰিমাণ যথেষ্ট পৰিমাণে কমি যায় তেতিয়াই ইয়াৰ প্ৰয়োজন পূৰ্বলৈ শৰীৰে হাড়ৰ পৰা কেলছিয়াম সংগ্ৰহ কৰে। এই প্ৰক্ৰিয়াটো যেতিয়া অহৰহ চলি থাকে তেতিয়া হাড়বোৰৰ পৰা কেলছিয়ামৰ লেপন আঁতৰি গৈ অসংখ্য ছিদ্ৰযুক্ত হৈ পৰে। ইয়েই

অস্টিঅ'প'ৰ ছিছ। অস্টিঅ'প'ৰ ছিছৰ ফলত হাড়বোৰে পূৰ্বৰ দৃঢ়তা হেৰুৱাই দুৰ্বল হৈ পৰে।

ভাৰতীয় প্ৰেক্ষাপটত কম পৰিমাণৰ কেলছিয়াম গ্ৰহণক অস্টিঅ'প'ৰ ছিছৰ এটা প্ৰধান কাৰক হিচাপে গণ্য কৰা হয়। ভাৰতীয় এগৰাকী নাৰীয়ে পশ্চিমীয়া দেশৰ এগৰাকী নাৰীৰ

তুলনাত প্ৰায় অৰ্দ্ধেক পৰিমাণৰ

কেলছিয়ামহে খাদ্য বস্তুৰ জৰিয়তে গ্ৰহণ কৰে। ভিটামিন 'ডি'ৰ অভাৱ এই ৰোগ সৃষ্টিৰ অন্য এক কাৰণ। মুকলি পৰিৱেশত সূৰ্যৰ পোহৰৰ পৰা নিজকে বঞ্চিত কৰি ৰাখিলেও ভিটামিন 'ডি'ৰ অভাৱ ঘটিব পাৰে। অলস জীৱন প্ৰণালী এটায়ো এই ৰোগ সৃষ্টিত অনুঘটক হিচাপে কাম কৰে। পুষ্টিহীনতা, ধূমপান আদি এই ৰোগ সৃষ্টিৰ আন কিছুমান কাৰণ। কিছুসংখ্যক চিকিৎসা বিজ্ঞানীয়ে ঠাৱৰ কৰা মতে জিনেও এই ৰোগ এটা পুৰুষৰ পৰা আন এটা পুৰুষলৈ কঢ়িয়াই নিয়ে। সেয়েহে যথেষ্ট সাৱধানতা অৱলম্বন কৰাৰ পিছতো বংশগত কাৰণতো ব্যক্তি এজন এনে ৰোগত আক্ৰান্ত হোৱাৰ সম্ভাৱনা আছে।

অস্টিঅ'প'ৰ ছিছ

