

## Qu'est-ce que l'ostéoporose ?

L'**ostéoporose** est une diminution de la densité osseuse associée à une faiblesse de son architecture interne, conduisant à une fragilité excessive du squelette.

Elle touche surtout les **femmes après la ménopause**.

## Comment l'ostéoporose se manifeste-t-elle ?

L'ostéoporose est **asymptomatique en l'absence de complications**.

Son évolution peut être **compliquée de fractures osseuses**, dont la symptomatologie varie selon la localisation.

Les fractures les plus fréquentes au cours de l'ostéoporose sont :

- **Fracture vertébrale** (ou tassement vertébral),
- **Fracture de l'extrémité supérieure du fémur** (ou col du fémur),
- **Fracture du poignet** (appelée aussi fracture de Pouteau-Colles).



## Comment se dépiste l'ostéoporose ?

L'ostéoporose se **dépiste par la mesure de la densité minérale osseuse** au cours d'un examen non invasif et indolore appelé ostéodensitométrie.

Cette densité minérale osseuse est **comparée à celle d'adultes jeunes**, permettant d'obtenir une mesure de densité minérale **osseuse normalisée appelée le T-score**.

Selon cette valeur, l'**Organisation Mondiale de la Santé définit différents stades** :

- T-score  $> -1$  : normal.
- $-2,5 < \text{T-score} < -1$  : ostéopénie.
- T-score  $< -2,5$  : ostéoporose.
- T-score  $< -2,5$  et antécédent de fracture(s) : ostéoporose sévère.

C'est le médecin traitant, ou le spécialiste, qui décide de prescrire cet examen devant une suspicion d'ostéoporose.

## Quel bilan biologique demander devant une ostéoporose ?

Le bilan habituel comporte, à partir d'un prélèvement sanguin et urinaire :

- Hémogramme, C réactive protéine.
- Electrophorèse des protides, créatininémie.
- Calcémie, phosphatémie, 25 (OH) D 3.
- Calciurie.

■ Dans un second temps, pour identifier une cause secondaire d'ostéoporose on peut aussi demander :

- **bilan endocrinien** : PTH, TSH, cortisolurie/24h, coefficient de saturation de la transferrine, testostérone,
  - **recherche de maladie coeliaque** : anticorps antigliadine, antiendomysium et anti transglutaminases.
- Certains marqueurs biologiques évaluent le remodelage osseux :
- **formation osseuse** : ostéocalcine, phosphatases alcalines,
  - **résorption osseuse** : télopeptides du collagène (CTX, NTX).

## Quelles sont les causes d'ostéoporose ?

L'ostéoporose survient surtout chez les femmes après la ménopause, et est liée au déficit en hormones sexuelles.

Il existe de nombreuses autres causes beaucoup plus rares d'ostéoporose :

- Maladies endocriniennes
- Maladies rhumatismales
- Maladies hématologiques
- Certains médicaments

Il existe aussi des **facteurs de risque** qui, lorsqu'ils sont associés, augmentent le risque de développer une ostéoporose :

- sexe féminin,
- maigreur,
- consommation de tabac et d'alcool,
- absence d'activité physique,
- antécédents familiaux de fractures du col fémoral.



## Comment traite-t-on l'ostéoporose ?

Le traitement de l'ostéoporose repose sur plusieurs mesures associées.

- Régime alimentaire équilibré, notamment riche en calcium (laitages, fromages...),
- Une activité physique régulière
- Une exposition solaire satisfaisante, utile à la synthèse de vitamine D.
- L'arrêt de la consommation de tabac et d'alcool.

Il existe plusieurs types de **traitements médicaux**, permettant de diminuer le risque de fractures.

Le choix des mesures et médicaments les mieux adaptés sera évalué pour chaque patient par le médecin traitant ou le spécialiste, en fonction des facteurs de risque et des résultats de l'ostéodensitométrie.



## POINTS ESSENTIELS

- L'ostéoporose est une fragilité excessive des os, exposant à un risque de fractures.
- L'ostéoporose est dépistée à l'aide d'une ostéodensitométrie.
- La ménopause est la principale cause d'ostéoporose chez la femme.
- Le traitement de l'ostéoporose repose sur des mesures simples et des traitements médicamenteux.

**Pr Patrice Cacoub - Dr Benjamin Terrier**

Service de Médecine Interne  
Hôpital La Pitié Salpêtrière  
Université Pierre et Marie Curie  
75013 Paris, FRANCE

Avec la collaboration du  
**Réseau de Biologie Moléculaire Libérale (RBML)**  
et du **Réseau de Laboratoires de Biologie Médicale  
Accrédités (LABAC)**

*Vous pouvez demander des renseignements complémentaires à votre médecin traitant ou votre biologiste médical.*

## INFORMATION BIOMÉDICALE

# L'OSTÉOPOROSE

