

## Info fracture

- Si vous avez **déjà** subi une fracture, vous êtes **à risque** d'en subir une autre.
- Une fracture à la **colonne** ou à la **hanche** augmente votre **risque** de subir une autre fracture; vous devez suivre un traitement pour l'ostéoporose.
- Les fractures à la **colonne** ne sont pas toujours douloureuses, mais elles peuvent provoquer une perte de taille, un dos voûté ou les deux.
- **Toute** fracture subie après l'âge de 40 ans signifie que vous devez peut-être passer un test de densité minérale osseuse et une évaluation de votre risque de fracture avec FRAX ou CAROC.

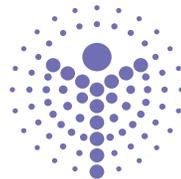
**Informez-vous  
auprès de votre  
médecin au sujet de  
l'évaluation du  
risque de fracture.**

## Agissez !

**Il est possible de réduire votre  
risque de subir une autre  
fracture!**

**Informez-vous auprès de votre  
médecin au sujet du diagnostic et  
des choix de traitements.**

Pour obtenir de plus amples  
renseignements, visitez  
[www.osteoporosecanada.ca](http://www.osteoporosecanada.ca)  
ou téléphonez à  
Ostéoporose Canada au  
**1 800 977-1778**



Ostéoporose Canada

Osteoporosis Canada



**Éliminez  
les fractures  
une FOIS  
pour TOUTES!**

**EXIGEZ UN TEST D'ÉVALUATION**

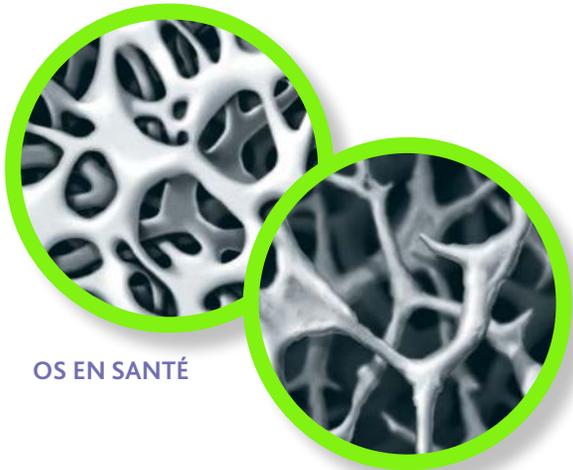


## Qu'est-ce qui cause une fracture?

Une fracture qui survient lorsque vous :

- trébuchez, glissez ou tombez d'une hauteur normale;
- soulevez un enfant ou un objet;
- faites votre lit;
- tousssez ou éternuez; ou
- effectuez une simple tâche

pourrait être la conséquence d'une maladie nommée OSTÉOPOROSE, laquelle fragilise les os.



OS EN SANTÉ

OS OSTÉOPOROTIQUE

Un os brisé est appelé une **fracture** et peut être le premier signe de **l'ostéoporose!**

## Le saviez-vous?



### L'OSTÉOPOROSE :

- augmente le risque de fracture;
- atteint autant les femmes que les hommes;
- se développe avec l'âge, mais peut également frapper les personnes plus jeunes;
- est héréditaire.

Une fracture pourrait être le PREMIER et le SEUL signe de l'ostéoporose et pourrait entraîner d'autres fractures.

**En ne recevant pas de traitement adéquat, les personnes atteintes d'ostéoporose sont à risque de subir d'autres fractures.**

## Points importants à vérifier

Afin de réduire votre risque de fracture, discutez-en avec votre médecin et **apportez ce dépliant avec vous!**

### 1. INFORMEZ VOTRE MÉDECIN AU SUJET :

- de toutes les fractures que vous avez subies depuis l'âge adulte;
- de toute perte de taille;
- de toutes vos chutes précédentes.

### 2. DEMANDEZ À VOTRE MÉDECIN :

- de mesurer votre taille;
- de passer une radiographie, en cas de perte de taille;
- d'évaluer votre risque de chutes;
- d'évaluer votre risque de fracture avec FRAX ou CAROC;
- de subir un test de densité minérale osseuse (simple radiographie indolore).

### 3. APPRENEZ-EN DAVANTAGE SUR OSTÉOPOROSE CANADA

- Communiquez avec Ostéoporose Canada en visitant le **www.osteoporosecanada.ca** ou en téléphonant au **1 800 977-1778**

**Informez-vous auprès de votre médecin au sujet de l'évaluation du risque de fracture.**