**Всемирный день борьбы с остеопорозом**

20 октября объявлено Всемирным днем борьбы с остеопорозом. Остеопороз – это заболевание, при котором снижается объем костной массы и нарушается ее качество, что приводит к хрупкости костей и риску переломов.

России среди лиц в возрасте 50 лет и старше остеопороз выявляется у 34% женщин и 27% мужчин.

О симптомах проявления заболевания рассказала врач- педиатр Юлия Нещерет на лекции с сотрудниками учреждения 19 октября.

Специалист обратила внимание на важность профилактики остеопороза для предотвращения риска патологических переломов.

«Необходимо придерживаться физической активности, отказаться от вредных привычек, соблюдать правильное и сбалансированное питание», - отметила Юлия Нещерет.