



Các Xét Nghiệm về Mật Độ Khoáng trong Xương: Ý Nghĩa của Các Con Số (Bone Mineral Density Tests: What the Numbers Mean)

NHỮNG ĐIỀU CƠ
BẢN

Các Xét Nghiệm về Mật Độ Khoáng trong Xương: Ý Nghĩa của Các Con Số

Xét nghiệm mật độ khoáng trong xương là gì?

Xét nghiệm mật độ khoáng trong xương đo lượng canxi và các khoáng chất khác trong xương. Xương chứa nhiều khoáng chất sẽ đặc hơn, vì vậy các xương này có xu hướng chắc khỏe hơn và ít bị gãy hơn.

Xương có thể trở nên kém đặc hơn khi chúng ta già đi hoặc nếu chúng ta mắc một số bệnh trạng nhất định. Khi mất quá nhiều xương, bệnh loãng xương có thể phát triển. [Bệnh loãng xương](#) khiến xương trở nên yếu và giòn, làm tăng nguy cơ gãy xương (xương bị gãy).

Xét nghiệm mật độ khoáng trong xương có thể:

- Xác định và chẩn đoán bệnh loãng xương.
- Đo lường nguy cơ gãy xương (xương bị gãy).
- Giám sát hiệu quả điều trị bệnh loãng xương.

Những xét nghiệm nào được sử dụng để đo mật độ khoáng trong xương?

Xét nghiệm mật độ khoáng trong xương phổ biến nhất là phép đo hấp thụ tia X năng lượng kép trung tâm (DXA hoặc DEXA). DXA sử dụng bức xạ để đo lượng canxi và các khoáng chất khác trong một khu vực cụ thể của xương. Bởi những xương yếu có xu hướng gãy thường xuyên nhất là hông và cột sống, DXA thường đo mật độ khoáng trong xương ở những xương này.

Các xét nghiệm khác cũng có thể đo mật độ khoáng trong xương hoặc độ mất xương:

- Siêu âm định lượng (QUS) gót chân: Cho thấy hình ảnh về xương của quý vị và có thể dự đoán nguy cơ gãy xương và loãng xương của quý vị. Nhưng hình thức siêu âm này không được sử dụng để giám sát phản ứng với phương pháp điều trị loãng xương và không đo mật độ khoáng trong xương hoặc cung cấp nhiều thông tin như DXA. Nếu QUS cho thấy quý vị có nguy cơ loãng xương hoặc gãy xương cao hơn, bác sĩ có thể khuyến nghị xét nghiệm DXA trung tâm để xác nhận phát hiện này.
- DXA ngoại vi: Đo mật độ khoáng trong xương, thường ở cổ tay và gót chân, sử dụng thiết bị cầm tay. Xét nghiệm này không cho nhiều thông tin như DXA trung tâm nên kém chính xác hơn. Những kết quả cho thấy nguy cơ gãy xương hoặc loãng xương cao hơn có thể cần được xác nhận bằng xét nghiệm DXA trung tâm.

Điểm T là gì?

Nếu quý vị là phụ nữ sau mãn kinh hoặc đàn ông từ 50 tuổi trở lên, kết quả kiểm tra mật độ khoáng trong xương của quý vị sẽ là điểm T.

Điểm T là sự chênh lệch giữa mật độ khoáng trong xương của quý vị và 0 - mật độ khoáng trong xương của một người trưởng thành khỏe mạnh.

Điểm T của quý vị càng thấp, nguy cơ gãy xương của quý vị càng cao.

Điểm T nghĩa là gì?

Nếu điểm T của quý vị là:

- 1 hoặc cao hơn, thì xương của quý vị khỏe mạnh.
- -1 đến -2,5, thì quý vị bị loãng xương, một dạng mật độ khoáng trong xương thấp ít nghiêm trọng hơn loãng xương.
- -2,5 trở xuống, thì quý vị có thể mắc [bệnh loãng xương](#).

Nguy cơ gãy xương tăng thêm từ 1,5 đến 2 lần khi mỗi điểm T giảm 1 điểm.

Điểm Z là gì?

Nếu quý vị là phụ nữ tiền mãn kinh hoặc đàn ông dưới 50 tuổi, kết quả xét nghiệm mật độ khoáng trong xương của quý vị sẽ là điểm Z. Điểm Z cũng được sử dụng cho trẻ em.

Điểm Z là sự chênh lệch giữa mật độ khoáng trong xương của quý vị và mật độ khoáng trung bình trong xương của những người khỏe mạnh ở độ tuổi, dân tộc và giới tính của quý vị.

Điểm Z nghĩa là gì?

Nếu điểm Z của quý vị là $-2,0$ trở xuống, thì mật độ khoáng trong xương của quý vị thấp. Điểm này có thể có nghĩa là quý vị mắc bệnh loãng xương do dùng thuốc hoặc các bệnh và tình trạng khác.

Ai nên làm xét nghiệm mật độ khoáng trong xương?

Lực Lượng Đặc Nhiệm về Dịch Vụ Phòng Ngừa của Hoa Kỳ khuyến nghị phụ nữ trên 65 tuổi nên kiểm tra mật độ khoáng trong xương. Lực Lượng Đặc Nhiệm cũng khuyến nghị xét nghiệm sàng lọc này cho phụ nữ ở mọi lứa tuổi có các yếu tố, theo xác định của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe sử dụng công cụ đánh giá nguy cơ chính thức, làm tăng nguy cơ mắc bệnh loãng xương.

Cần có nhiều nghiên cứu hơn trước khi Lực Lượng Đặc Nhiệm về Dịch Vụ Phòng Ngừa của Hoa Kỳ có thể đưa ra khuyến nghị về sàng lọc loãng xương ở đàn ông hoặc tần suất sàng lọc dành cho phụ nữ tiền mãn kinh và phụ nữ có các yếu tố nguy cơ.

Những công cụ nào khác có thể đo lường nguy cơ gãy xương?

Các xét nghiệm đo mật độ khoáng trong xương không phải là công cụ duy nhất mà các bác sĩ sử dụng để dự đoán nguy cơ gãy xương của quý vị.

Các bác sĩ có thể sử dụng Công Cụ Đánh Giá Nguy Cơ Gãy Xương (FRAX) để ước tính nguy cơ gãy xương. Điểm này sử dụng độ tuổi, giới tính, bệnh sử, quốc gia và các yếu tố khác của quý vị. Thông tin này, cùng với kết quả xét nghiệm mật độ khoáng trong xương của quý vị, có thể giúp các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hiểu được nguy cơ gãy xương của quý vị và có thể hướng dẫn điều trị. Đối với những người bị loãng xương hoặc thiếu xương, điểm FRAX có thể dự đoán khả năng bị gãy xương nghiêm trọng trong 10

năm tới. Điểm FRAX cũng có thể sàng lọc nguy cơ loãng xương ở phụ nữ sau mãn kinh dưới 65 tuổi.

Tôi nên thực hiện những bước nào sau khi xét nghiệm?

Điều quan trọng là quý vị phải xem xét các kết quả xét nghiệm mật độ khoáng trong xương với bác sĩ để được giải thích đầy đủ về ý nghĩa của chúng đối với quý vị. Mọi chẩn đoán hoặc khuyến nghị điều trị sẽ dựa trên kết quả xét nghiệm mật độ khoáng trong xương, tuổi tác và các yếu tố nguy cơ gãy xương khác mà quý vị có thể mắc phải. Trong một số trường hợp, bác sĩ có thể giới thiệu quý vị đến một bác sĩ chuyên khoa.

Nội dung này được Viện Viêm Khớp và Các Bệnh Cơ Xương và Da Quốc Gia (NIAMS) tạo ra nhờ sự đóng góp từ:

- [Viện Lão Hóa Quốc Gia](#) (bằng tiếng Anh)
- [Viện Tiểu Đường và Các Bệnh về Tiêu Hóa và Thận Quốc Gia](#) (bằng tiếng Anh)
- [Văn Phòng Nghiên Cứu về Sức Khỏe Phụ Nữ của NIH](#) (bằng tiếng Anh)