

39. Женщинам 65 лет и старше нужно один раз пройти двухэнергетическую рентгеновскую денситометрию, а после менопаузы при наличии факторов риска остеопороза не нужно ждать до 65 лет

Выгодность исходной версии: обычная

Доказательность A · исходная версия

для жизни

немного денег

мимоходом

без силы воли

Частично Китай

Спорно

Российские данные: частично

Китайские условия и российские данные разделены по полям. Российская сверка частичная; непроверенные поля отмечены отдельно. Оценки и фильтры относятся к исходной версии.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. Женщинам 65 лет и старше, а также женщинам после менопаузы с факторами риска остеопороза нужно один раз проверить плотность костей. Если сначала оценить риск, а затем назначить лекарства людям с высоким риском, переломов в области тазобедренного сустава может стать примерно на 17% меньше. В пересчёте на каждые 1000 человек, прошедших проверку, это примерно на 5 человек с таким переломом меньше. Изменений общей смертности не выявлено.

Россия. В России при повышенном риске перелома рекомендуют DXA поясничного отдела позвоночника и верхней части бедренной кости. Для женщин после менопаузы используют Т-критерий. До менопаузы диагноз нельзя ставить только по денситометрии.

Затраты

Китай — исходная версия. Пройти в больнице двухэнергетическую рентгеновскую денситометрию (сокращённо DXA) поясничного отдела

позвоночника и области тазобедренного сустава. Нужно полежать несколько минут — и всё готово. В Китае при оплате за свой счёт это обычно стоит 100–200 юаней, цены в разных местах отличаются. Ультразвуковое исследование пяточной кости, при котором во время медосмотра нужно поставить ногу на прибор, подходит только для предварительного скрининга, но не для постановки диагноза.

Россия. Цена и длительность исследования в этих источниках не указаны.

Цена в России (ориентир)

рентгеновская денситометрия поясничного отдела позвоночника и одного тазобедренного сустава (DXA) (за обследование): от 3 900 до 4 000 ₽. Оба прайса для двух зон: поясница и один тазобедренный сустав. Исключены один участок, оба бедра и комплекс из трёх зон. Цены в российских магазинах и клиниках меняются и зависят от региона.

Выгода

Китай — исходная версия. Рекомендация Рабочей группы США по профилактическим услугам за 2025 год такова: женщинам 65 лет и старше проходить скрининг на остеопороз (рекомендация уровня В). Женщинам после менопаузы, которым ещё нет 65 лет, но у которых по результатам оценки высок риск переломов, скрининг тоже рекомендован (уровень В). Для мужчин доказательств недостаточно, позиция не сформулирована. Обзор доказательств, подготовленный для этой рекомендации, объединил 3 рандомизированных исследования с участием 42009 пожилых женщин из Европы. Скрининг проводили так: сначала оценивали риск переломов, при высоком риске проверяли плотность костей, а если выявляли высокий риск, назначали лекарства. В группе скрининга переломов в области тазобедренного сустава было примерно на 17% меньше. Исходное значение RR 0.83, доверительный интервал 95% CI от 0.73 до 0.93. В абсолютных числах скрининг давал на 5 таких переломов меньше на каждые 1000 человек. В частности, в британском исследовании SCOOP участвовали 12483 женщины от 70 до 85 лет. В группе скрининга переломов в области тазобедренного сустава было примерно на 28% меньше (HR 0.72, 95% CI от 0.59 до 0.89), различий в смертности не выявлено. Клинические рекомендации Китайской медицинской ассоциации (中华医学会), издание 2017 года, советуют проверять плотность костей женщинам 65 лет и старше и мужчинам 70 лет и старше. Тем, кто ещё не достиг этого возраста, но имеет один или несколько факторов риска остеопороза, проверка тоже рекомендована. По данным

общенационального обследования 2017–2018 годов, распространённость остеопороза среди женщин 40 лет и старше составляла 20.6%, среди мужчин — 5.0% (Китай)

Россия. При выявленном остеопорозе назначают специальную терапию без повторной оценки риска перелома.

Примечания

Китай — исходная версия. Спорно: Заранее установленным основным результатом исследования SCOOP были все остеопоротические переломы. В группе скрининга их число заметно не снизилось (HR 0.94, 95% CI от 0.85 до 1.03), меньше стало только переломов в области тазобедренного сустава. Во всех трёх исследованиях сначала оценивали риск, а затем проверяли плотность костей. Ни в одном из них отдельно не сравнивали подход, при котором только проверяют плотность костей. Обзор доказательств также оценил, что от 11.8% до 24.1% выявленных случаев относятся к гипердиагностике: это люди, у которых за всю жизнь и без того не случилось бы перелома из-за этого заболевания. Нужно ли проходить проверку мужчинам? В США говорят, что доказательств недостаточно, а китайские рекомендации устанавливают возраст 70 лет и старше. Следуйте советам врача. Этот пункт касается того, выдержат ли кости падение. Чтобы реже падать, нужен пункт 13 (равновесие и сила ног). Выполняйте оба пункта вместе. Что делать после выявления остеопороза, см. пункт 40 (при выявлении остеопороза принимать лекарства). Те, кому это выгодно, — прежде всего вы сами, а также ваши родители.

Россия. Возраст, с которого нужен скрининг, его периодичность и влияние на число переломов или смертность в этих источниках не указаны.

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. US Preventive Services Task Force, Nicholson WK, Silverstein M, et al. (2025). Screening for Osteoporosis to Prevent Fractures: US Preventive Services Task Force Recommendation Statement. JAMA. doi.org/10.1001/jama.2024.27154
2. Kahwati LC, Kistler CE, Booth G, et al. (2025). Screening for Osteoporosis to Prevent Fractures: A Systematic Evidence Review for the US Preventive Services Task Force. JAMA. doi.org/10.1001/jama.2024.21653

3. Shepstone L, Lenaghan E, Cooper C, et al. (2018). Screening in the community to reduce fractures in older women (SCOOP): a randomised controlled trial. The Lancet. doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32640-5
4. 中华医学会骨质疏松和骨矿盐疾病分会 (2017). 原发性骨质疏松症诊疗指南(2017). 中华骨质疏松和骨矿盐疾病杂志, 10(5), 413-443 (表 5 骨密度测量的临床指征) .
html.rhhz.net/GUSS/html/cc825127-29a3-47c1-9a95-7a212fdcce55.htm
5. Wang L, Yu W, Yin X, et al. (2021). Prevalence of Osteoporosis and Fracture in China: The China Osteoporosis Prevalence Study. JAMA Network Open. doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.21106

Россия — источники

1. Оглавление. Проверено 07.10.2026. apicr.minzdrav.gov.ru/api.ashx?op=GetClinrecPdf&id=87_5

Россия — источники цен

1. astromedic.ru — рентгеновская денситометрия поясничного отдела позвоночника и одного тазобедренного сустава (DXA): 3 900 ₽. Проверено 06.10.2026.
astromedic.ru/prices-obninsk/densitometrija
2. Цены в России: smclinic.ru — рентгеновская денситометрия поясничного отдела позвоночника и одного тазобедренного сустава (DXA): 4 000 ₽. Проверено 06.10.2026.
www.smclinic.ru/diagnosis/rentgenografiya/rentgendensitometriya