

# 4 ORTHOPÄDEN 2 CHIRURGEN

orthopädisch-rheumatologische und chirurgisch-  
unfallchirurgische Gemeinschaftspraxis Elmshorn



## Patienteninformation

### Untersuchung und Behandlung der Osteoporose

### Knochendichtemessung

[www.4orthopaeden2chirurgen.de](http://www.4orthopaeden2chirurgen.de)  
[www.osteoporose-elmshorn.de](http://www.osteoporose-elmshorn.de)

„Wir werden alle nicht jünger“

Diesen Spruch haben Sie bestimmt schon oft gehört. Nicht nur, daß wir persönlich nicht jünger werden (schön wäre es ja), wir werden als Gesellschaft im Durchschnitt sehr viel älter als früher. In früheren Jahrhunderten war es nicht normal, daß ein Großteil der Bevölkerung 80 Jahre und älter wird. Auch mußten die meisten unserer Vorfahren früher zwangsläufig körperlich sehr viel aktiver sein als wir. Eine der Folgen dieser Entwicklung ist, daß heute ein sehr großer Teil unserer Bevölkerung unter Osteoporose (Knochenentkalkung) leidet. Man weiß heute, daß jede dritte Frau über 50 in ihrem Leben einen Knochenbruch erleiden wird, der ohne adäquate Gewalteinwirkung durch die Osteoporose verursacht wird. Diese Brüche sind häufiger als alle Fälle von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfälle und Brustkrebs zusammen. In den ersten 5-7 Jahren nach Einsetzen der Wechseljahre kann eine Frau bis zu 20% ihrer Knochenmasse verlieren. Aber auch Männer sind zunehmend betroffen.

Dabei gibt es heute gute Vorbeugungs- und Behandlungsmöglichkeiten für Osteoporose, man muß sie nur nutzen. Im „Dachverband Osteologie“ (DVO) haben sich die deutschen Experten zusammengeschlossen und gemeinsame Empfehlungen herausgegeben. Wir haben die wichtigsten Informationen für Sie zusammengefaßt.

#### 1 - Was genau bedeutet Osteoporose?

Wörtlich übersetzt heißt es „poröser Knochen“. Unsere Knochen erneuern sich ständig. Im Kindes-/Jugendalter und bis zum jungen Erwachsenenalter überwiegt der Knochenaufbau. Im gesunden, kräftigen Knochen herrscht dann für eine ganze Zeit ein Gleichgewicht zwischen Knochenabbau und Knochenaufbau. Etwa ab dem 50. Lebensjahr überwiegen die Abbauvorgänge des Knochens, die Knochendichte nimmt ab.



#### 2 - Warum ist Osteoporose problematisch?

Ein poröser Knochen verliert an Stabilität. Knochenschmerzen können auftreten, es entstehen leichter Knochenbrüche, auch ohne große Gewalteinwirkung. Am häufigsten betroffen sind Wirbelkörper, Hüftknochen und Handgelenke.

#### 3 - Welche Ursachen hat Osteoporose?

Die Hormonumstellungen in den Wechseljahren sind ein häufiger Grund, aber auch Vitaminmangel, andere Krankheiten oder verordnete Medikamente können eine Osteoporose begünstigen.

#### 4 - Wie kann man Osteoporose feststellen?

Es existieren verschiedene Untersuchungsmöglichkeiten. Von allen internationalen Experten anerkannt ist die DEXA-Messung, bei der extrem niedrig dosierte Röntgenstrahlung verwendet wird, um die Strahlendurchlässigkeit der Knochen zu messen. Die Strahlungsmenge, der ein Patient durch eine DEXA-Messung ausgesetzt wird, ist etwa 100 mal

geringer als die natürliche Strahlung, die wir durch unsere Umwelt in einem ganzen Jahr aufnehmen. Auch unter den DEXA-Geräten bestehen große Unterschiede. Unsere besonders hochwertige und moderne Anlage liegt hinsichtlich der Strahlenbelastung nochmal 50% niedriger als andere Geräte.

#### 5 - Kosten für Untersuchung und Behandlung

Alle Experten sind sich einig, daß für viele Menschen eine Osteoporose-Messung zu den absolut sinnvollen Vorsorgeuntersuchungen gehört. Trotzdem zahlen die gesetzlichen Krankenkassen diese Untersuchung nicht, der gesetzlich versicherte Patient muß die Kosten selbst tragen. Wenn die Messung eine Osteoporose beweist, werden alle folgenden Untersuchungen und Behandlungen (Blutuntersuchungen, Medikamente) von den Kassen bezahlt.

#### 6 - Wie läuft die Untersuchung ab?

Für die Messung liegt der Patient auf dem Rücken. Es handelt sich nicht um eine geschlossene Röhre wie bei einer Tomographie. Gemessen wird an der Wirbelsäule und den Hüften, die Untersuchung dauert nur wenige Minuten. Anschließend werden die Bilder vom Computer ausgewertet. Der Arzt kann dann anhand der Werte entscheiden, wie gesund oder angegriffen der Knochen ist.

#### 7 - Was geschieht nach der Messung?

Falls eine Osteoporose vorliegt, wird mittels Blutuntersuchungen nach der genauen Ursache gesucht. Danach ist in der Regel klar, welche Behandlung begonnen wird. Alle benötigten Medikamente werden von den Krankenkassen bezahlt.

#### 8 - Wem wird eine DEXA-Messung empfohlen?

Der Dachverband Osteologie (DVO) gibt Richtlinien heraus, für wen eine Messung zu empfehlen ist. Das Alter spielt eine Rolle, außerdem werden Vor- und Begleiterkrankungen mit berücksichtigt. Auf der Rückseite dieser Broschüre können Sie nachlesen, ob Sie zu einer Risikogruppe gehören.

#### 8 - Wem wird eine DEXA-Messung empfohlen?

**Frauen ab 70 und Männer ab 80:**  
Erstuntersuchung wird für diese Altersgruppe ohne Einschränkung empfohlen

**Frauen ab 60 und Männer ab 70, wenn folgende Faktoren vorliegen:**

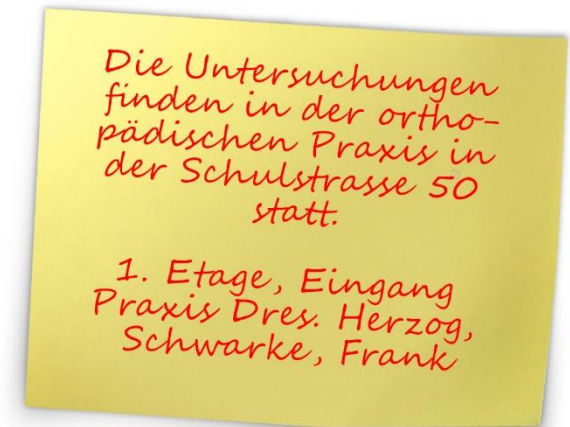
- Untergewicht
- alle Raucher
- Bruch von Arm, Fuß, Rippen oder Becken
- Oberschenkelhalsbruch von Mutter oder Vater
- mehr als 2 Stürze im Jahr ohne äußeren Anlaß
- eingeschränkte Gehfähigkeit mit unter 100m Gehstrecke
- Rheumapatienten
- Diabetes mellitus Typ 1 (Zuckerkrankheit)
- Schilddrüsenüberfunktion
- nach operativer Magenentfernung
- unter Behandlung mit bestimmten Brustkrebsmedikamenten
- unter Hormonbehandlung nach Prostatakrebs

**Alle Erwachsenen ohne Altersbegrenzung, wenn folgende Faktoren vorliegen:**

- Kortisonbehandlung über mindestens 3 Monate
- Überfunktion der Nebenniere
- Überfunktion der Nebenschilddrüse
- Frauen: Wechseljahre vor 45. Lebensjahr
- Frauen: Eierstockentfernung vor dem 50. Lebensjahr ohne Hormonersatzbehandlung

#### 9 - Soll die DEXA-Messung wiederholt werden?

Das kommt auf die Untersuchungsergebnisse an. Falls eine Osteoporose ausgeschlossen werden kann, muß mehrere Jahre lang nicht erneut gemessen werden. Ansonsten wird Ihr Arzt Ihnen einen Kontrolltermin empfehlen.



**Praxis Schulstrasse 50  
Dr. Herzog, Dr. Schwarke,  
Dr. Frank**

Schulstrasse 50  
25335 Elmshorn  
Tel 04121 - 22 0 11  
Fax 04121 - 25 639



#### **Sprechzeiten**

Mo - Fr 8:00 - 12:00  
Mo, Di, Do 14:30 - 18:00

*Für Termin-  
vergabe bitte  
hier anrufen*