

# 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)

In den Industrieländern werden die Menschen heute sehr viel älter als früher. Das hat mit verschiedenen Faktoren zu tun. Wer es wirklich möchte, kann sich besser ernähren als die Menschen das früher konnten. Auch die moderne Medizin kann unsere Lebenserwartung verlängern. Der Luxus des modernen Lebens hat aber auch Nachteile. Wir sitzen zu viel, bewegen uns zu wenig, und wir werden allgemein zu wenig körperlich beansprucht.

Unter anderem deswegen leidet heute ein sehr großer Teil unserer Bevölkerung unter Osteoporose (Knochenentkalkung). 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, Schlaganfällen 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. Wir haben die wichtigsten Informationen für Sie zusammengefaßt.

#### 1 - Was genau bedeutet Osteoporose?

Wörtlich übersetzt heißt es „poröser Knochen“. Im Kindes- / Jugendalter und bis zum jungen Erwachsenenalter geschieht der Knochenaufbau. Im gesunden 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 dann 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 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 / 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 - Wer sollte bei sich eine DEXA-Messung durchführen lassen?

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. Folgende besondere Risikogruppen werden genannt:

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 - Sollte eine DEXA-Messung wiederholt werden?

Das kommt auf die Ergebnisse der Messung an. Ihr Arzt wird das dann mit Ihnen besprechen.



**Praxis Schulstraße 50**  
**Dr. Schwarke, Dr. Frank, Dr. Erler**  
 Schulstraße 50, 25335 Elmshorn  
 Tel 04121 - 22 0 11, Fax 04121 - 25 639

### Sprechzeiten

Montag bis Freitag 8:00 -12:00  
 Montag, Dienstag 14:30 -18:00  
 Donnerstag 13:30 - 17:00

### Vereinbarter Termin

Mo	Di	Mi	Do	Fr
Datum:		Uhrzeit:		