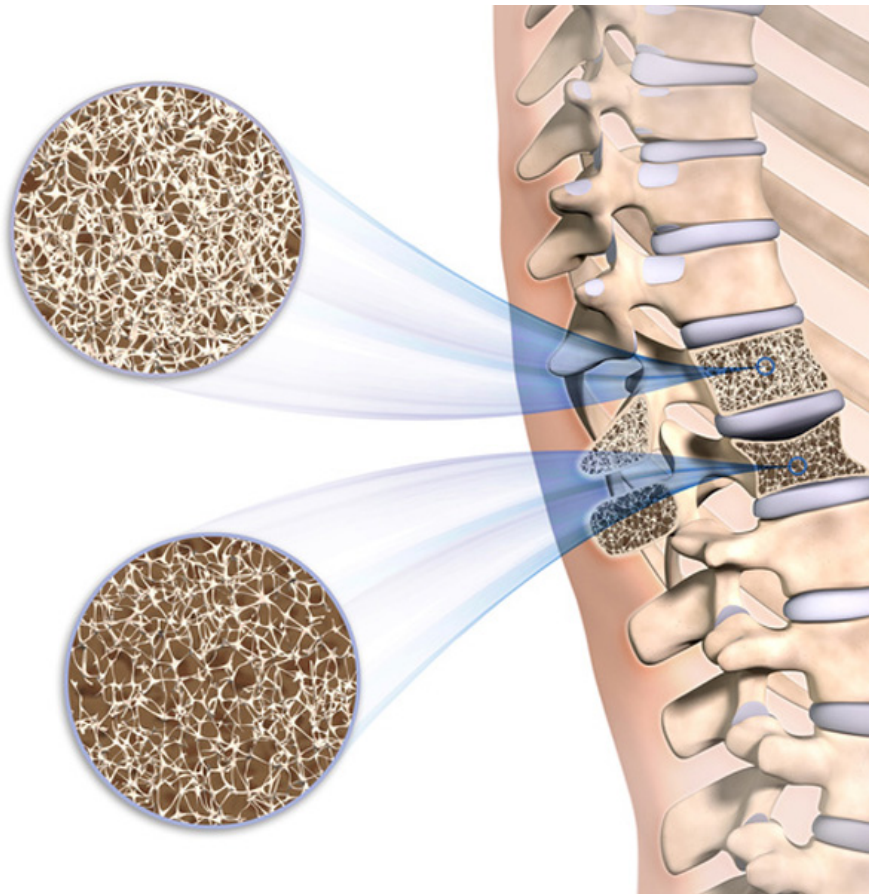




Osteoporose-Behandlung

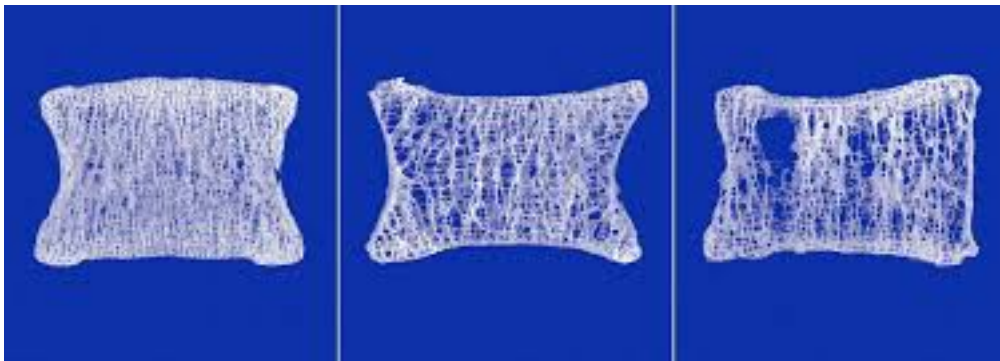
In Deutschland leiden über 5 Millionen Menschen an Knochenschwund (Osteoporose). Die Knochensubstanz, die wir in der ersten Lebenshälfte aufbauen, wird nach dem fünfzigsten Lebensjahr unterschiedlich rasch wieder abgebaut. Wenn der Knochenabbau ein bedenkliches Maß erreicht hat, sprechen wir von Osteoporose.



Alle 5 Minuten bricht in Deutschland ein Wirbelkörper als Folge einer Osteoporose. Sehr häufig sind auch Brüche des Unterarms (Radiusfraktur) oder der Oberschenkelhalsknochens (Schenkelhalsfraktur) durch den veränderten Knochen. Die Folgen sind z. B. Schmerzen, Bettlägerigkeit und der Verlust der körperlichen Selbständigkeit.

Besondere Risikofaktoren für Osteoporose:

- Brüche ohne echtes Unfallereignis
- akuter starker Rückenschmerz ohne andere Ursache
- mehr als 2 Stürze in den letzten 6 Monaten (erhöhtes Sturzrisiko)
- Abnahme der Körpergröße um mehr als 4 cm
- Osteoporose gehäuft in der Familie
- Untergewicht/Übergewicht
- Cortison-Dauertherapie
- Chron. Nieren- und Herzschwäche
- u.v.a



Durch eine rechtzeitige Diagnosestellung kann eine gezielte Behandlung noch vor dem Auftreten von schmerzhaften Brüchen begonnen werden.

Häufig kann durch richtige Ernährung, körperliche Belastung und einfache Nahrungsergänzung z. B. mit Vitamin D und Kalzium ein Fortschreiten einer Osteoporose aufgehalten werden.

Nach den neuesten Leitlinien des Dachverbandes Osteologie (DVO) ist eine ausreichende Versorgung mit mindestens 1000 mg Calcium pro Tag und mindestens 1000 IE Vitamin D3 für eine ausreichende Ernährung des Knochens wesentlich. Ohne Vitamin D kann Calcium nicht vom Körper aufgenommen und in den Knochen eingelagert werden. Dieser Bedarf wird häufig unterschätzt. Im Winterhalbjahr kommt es in unserer Klimazone häufig zu einer Unterversorgung mit Vitamin D3.

Aber auch bei höhergradigen Osteoporosen kann mit modernen Medikamenten erfolgreich behandelt werden. Dies ist wissenschaftlich auf höchstem Niveau bewiesen!

Neben der Behandlung mit Medikamenten gegen den Knochenschwund ist im Bedarfsfall eine rasche und ausreichende Schmerztherapie für eine gewisse Zeit sehr sinnvoll, um zu vermeiden, dass man bettlägerig wird. Auch ist gelegentlich für eine gewisse Zeit eine stabilisierende Stütze (Orthese) zur Schmerzlinderung und Verbesserung der Beweglichkeit angezeigt.

Zulassung zum DMP-Programm-Osteoporose

Unsere Praxis ist im sogenannten DMP (Disease-Management-Programm) des gemeinsamen Bundesausschuss zugelassen.

Dies bedeutet für Sie, dass wir alle notwendigen Qualitätskriterien erfüllen, um eine leitliniengerechte Behandlung bei Ihnen durchführen können.

Für weitere Informationen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Weiterführende Informationen finden Sie z.B. auch unter:
www.dv-osteologie.de

(Dachverband Osteologie)