

## WEITERE INFORMATIONEN

Unter [www.orthinform.de/lexikon](http://www.orthinform.de/lexikon) informiert das Patientenportal umfassend über das Krankheitsbild und die Behandlungsmöglichkeiten der **Osteoporose** sowie zahlreicher weiterer Erkrankungen und Verletzungen in Orthopädie und Unfallchirurgie.

### AUßERDEM BIETET ORTHINFORM:

- eine individuelle Arztsuche
- einen hilfreichen Diagnose-Assistenten
- aktuelle Neuigkeiten aus Orthopädie und Unfallchirurgie

[orthinform.de](http://orthinform.de)

## KONTAKT

**Berufsverband für Orthopädie  
und Unfallchirurgie (BVOU) e.V.**  
Straße des 17. Juni 106 – 108  
10623 Berlin

[www.bvou.net](http://www.bvou.net)

Der **BVOU** ist Betreiber des Portals [orthinform.de](http://orthinform.de), über das sich die breite Öffentlichkeit zu Erkrankungen und Behandlungsmethoden des Bewegungsapparates informieren und Experten aus Orthopädie und Unfallchirurgie in ganz Deutschland finden kann.

Stempel Praxis



**Caritas-Klinik  
Maria Heimsuchung**  
Berlin-Pankow

Abteilung für Orthopädie und Unfallchirurgie  
Chefarzt Dr. med. Claudio Chesi  
Tel. 030 475 17 361  
Mail [ortho-unfall@caritas-klinik-pankow.de](mailto:ortho-unfall@caritas-klinik-pankow.de)  
Breite Str. 46/47 · 13187 Berlin  
[www.caritas-klinik-pankow.de](http://www.caritas-klinik-pankow.de)

Das Patienteninformations- und Arztsuchportal  
für Orthopädie und Unfallchirurgie

### PATIENTENINFORMATION

## Osteoporose

Knochenschwund  
frühzeitig erkennen  
und behandeln

Ein Angebot des:

 **BVOU** Berufsverband für  
Orthopädie und Unfallchirurgie

## WAS IST OSTEOPOROSE?

Osteoporose, auch Knochenschwund genannt, ist eine chronische Erkrankung, die Knochen porös und brüchig werden lässt. Grund hierfür ist ein gestörter Knochenstoffwechsel.

Da die Knochenmasse oft über lange Zeit unbemerkt abnimmt, kommt es nicht selten zu Knochenbrüchen ohne äußere Einflüsse. **Typisch für die Osteoporose sind Frakturen an den Wirbelkörpern, am Becken, Oberschenkelhals und Handgelenk.**

Etwa 95 Prozent der Patienten leiden an einer „primären Osteoporose“, für die keine direkte Ursache auszumachen ist. Sie steht in engem Zusammenhang mit dem Alter und dem Hormon- und Kalziumstoffwechsel. Eine „sekundäre Osteoporose“ kann durch andere Krankheiten (z.B. Schilddrüsenüberfunktion) oder die Einnahme bestimmter Medikamente (z.B. Kortison-Präparate) entstehen.

## DIAGNOSE

Ein frühzeitiges Erkennen der Osteoporose ist wichtig, um die Auswirkungen der Krankheit möglichst gering zu halten.

Starke Rückenschmerzen, zunächst bei Belastung, später auch im Ruhezustand, sind typisch für die Osteoporose. Nimmt die Körpergröße ab und bildet sich ein Rundrücken, liegt die Diagnose Knochenschwund sehr nahe.

Bei Verdacht auf Osteoporose sollte eine Knochendichtemessung in Erwägung gezogen werden. Zudem kann eine Blutuntersuchung durchgeführt werden.

Im Röntgenbild ist eine Osteoporose erst dann erkennbar, wenn die Knochenmasse bereits um 30 bis 40 Prozent vermindert ist oder sogar schon Brüche aufgetreten sind. Zur Früherkennung ist eine Röntgenaufnahme daher nicht geeignet.



## BEHANDLUNG

Bleibt eine Osteoporose unbehandelt, schreitet der Knochenschwund in der Regel rasch voran. Mit einer entsprechenden Therapie allerdings kann das Fortschreiten aufgehalten und weiteren Knochenbrüchen vorgebeugt werden.

Zur Basistherapie gehört eine ausreichende Versorgung mit Calcium und Vitamin D, entweder über die Nahrungsaufnahme oder mithilfe von Nahrungsergänzungsmitteln. Für die spezifische Therapie der Osteoporose stehen verschiedene Medikamente zur Verfügung.

Zudem sollte es gerade bei älteren Patienten Ziel sein, durch regelmäßige Bewegung und Muskelkräftigung Stürze zu vermeiden und damit weiteren Knochenbrüchen vorzubeugen.