

Osteoporose: Experten raten zu mehr Vorsorge-untersuchungen

Freitag, 19. Oktober 2012

Berlin - Menschen über 50 Jahre, die einen Knochenbruch erleiden, sollten sich unbedingt auf Osteoporose untersuchen lassen. Darauf hat der Berufsverband der Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU) anlässlich des Welt-Osteoporose-Tages am 20. Oktober hingewiesen. Denn bereits der erste durch Osteoporose bedingte Knochenbruch verdoppelt das Risiko für eine weitere Fraktur, so die Fachgesellschaft.

Laut BVOU sind etwa sieben Millionen Deutsche an Osteoporose erkrankt. "Bereits heute erleiden mehrere 100.000 Deutsche jedes Jahr einen durch Osteoporose bedingten Knochenbruch, vor allem an Oberschenkel, Oberarm oder Unterarm, ein großer Teil erleidet zudem Wirbelbrüche", erklärte BVOU-Vizepräsident Karsten Dreinhöfer.

Die Folgen einer osteoporotischen Fraktur können äußerst ernsthaft sein: Chronische Schmerzen, Immobilität und langfristige Behinderungen, die häufig zu einem Verlust an Unabhängigkeit und zu einer Verminderung der Lebensqualität führen. Dem Berufsverband zufolge sterben 20 Prozent der Patienten, die eine Hüftfraktur erlitten haben, innerhalb eines Jahres nach der Fraktur.

Von denen, die überleben, verlieren viele ihre körperliche Funktionstüchtigkeit und Unabhängigkeit. 40 Prozent können nicht mehr selbständig gehen und 60 Prozent benötigen ein Jahr später immer noch Unterstützung. "Die Hälfte all jener Personen, die eine Fraktur aufgrund einer Osteoporose erlitten haben, bekommen weitere Knochenbrüche" so Dreinhöfer.

Doch obwohl es laut BVOU wirksame Maßnahmen gibt, die das Frakturrisiko um 30 bis 70 Prozent reduzieren, erhalten bisher über 80 Prozent der Frakturpatienten kein Angebot zu einer Osteoporoseuntersuchung und Osteoporosebehandlung. "Patienten ab 50 Jahren, die einen Knochenbruch erleiden, sollten mit ihrem Arzt über eine klinische Abklärung zu sprechen", erklärte Dreinhöfer.

Eine Knochendichtemessung und Abklärung der wesentlichen Risikofaktoren ermögliche es, zielführende Maßnahmen einzuleiten, um eine erneute Fraktur zu vermeiden. So lassen sich Knochenbrüche im Alter durch eine Verbesserung der Muskelkraft, Koordination und viel Bewegung verhindern.

"Studien zeigen, dass auch im höheren Alter ein gezieltes Krafttraining den Knochenaufbau stimuliert und die Knochendichte verbessert", betonte Dreinhöfer. Zudem sei die Überprüfung des Kalzium- und Vitamin D-Levels bei diesen Personen empfehlenswert, um durch entsprechende Zusatzgaben und gegebenenfalls die Einleitung einer spezifischen medikamentösen Therapie das Knochenbruchrisiko deutlich zu senken.