



Eine Veranstaltungsreihe von



Ihre Gesundheit steht für uns im Mittelpunkt

Partner



Osteoporose – wenn die Knochen leiden

Unter Osteoporose (Knochenschwund) versteht man eine Erkrankung des Skeletts, der eine Verringerung der Knochenmasse und Veränderung der Feinarchitektur des Knochens zugrunde liegt. Das bedingt eine Abnahme der Knochenfestigkeit und eine Zunahme des Risikos, einen Knochenbruch zu erleiden, und zwar vor allem an der Wirbelsäule, dem Schenkelhals, dem Oberarm und dem handgelenksnahen Unterarm.

Osteoporose ist eine häufige Erkrankung: Man geht davon aus, dass mehr als eine halbe Million Menschen in Österreich an Osteoporose leiden. Jede zweite Frau und jeder fünfte Mann über 50 Jahren erleiden einen osteoporotischen Knochenbruch, das sind weltweit jährlich 8,9 Millionen Knochenbrüche, was einem Bruch alle drei Sekunden entspricht. In den USA ist die Anzahl der Krankenhausaufenthalte wegen osteoporotischer Knochenbrüche fast doppelt so hoch wie die wegen eines Herzinfarkts! Bei mehr als der Hälfte der Krankenhausbehandlungen nach osteoporotischen Brüchen liegen Hüftbrüche vor. Bis zu 25 Prozent der Personen mit einem Hüftbruch versterben innerhalb eines Jahres.

Die Erkrankung entsteht immer dann, wenn zu viel Knochenmasse abgebaut wird. Das kann unterschiedliche Ursachen haben. Man unterscheidet eine primäre Osteoporose, bei der die Risikofaktoren Geschlecht, Lebensalter und Genetik die wesentliche Rolle spielen, und eine sekundäre Osteoporose, die durch eine Reihe von Grunderkrankungen, Medikamente und Lebensstilfaktoren ausgelöst wird. Der Knochenmasseverlust ist eigentlich schmerzlos. Beschwerden treten erst durch Knochenbrüche auf. An der Wirbelsäule ist die Situation etwas komplizierter, denn Rückenschmerzen können ein Erstsymptom einer Osteoporose sein. Und gar nicht so selten verbergen sich hinter uncharakteristischen Rückenschmerzen osteoporotische Wirbelkörperbrüche, bei denen die Betroffenen kein typisches Knochenbruchereignis wahrgenommen haben.

Die Diagnose Osteoporose wird anhand einer Knochendichtemessung gestellt. Bei hochgradiger Osteoporose reicht manchmal auch ein konventionelles Röntgenbild aus, um die Diagnose zu stellen. Röntgenbilder der Wirbelsäule sind als Ausgangsbefund hilfreich, dabei lassen sich auch unbemerkte Wirbelbrüche ausschließen bzw. nachweisen; diese würden dann eine intensivere Behandlung nach sich ziehen. Die weitere Abklärung beinhaltet auch eine genaue Erhebung der Krankengeschichte, eine körperliche Untersuchung und Labortests.

Die Basis der Osteoporosetherapie bilden Lebensstilmaßnahmen wie Bewegung, knochengesunde Ernährung, Sturzvermeidung und Nikotinabstinenz. Alkohol ist nur in sehr geringen Mengen erlaubt. Liegt ein hohes Knochenbruchrisiko vor oder ist bereits ein Knochenbruch aufgetreten, ist eine medikamentöse Therapie erforderlich. Es stehen knochenabbauhemmende und knochenaufbaufördernde Medikamente zur Verfügung, die je nach Befundkonstellation zum Einsatz kommen.

Treten Knochenbrüche auf, muss geklärt werden, ob der Bruch operativ zu behandeln ist oder nicht. Während Hüftbrüche fast immer so rasch wie möglich operiert werden sollen, ist die Situation bei Wirbelkörperbrüchen anders. Operiert wird nur in speziellen Konstellationen, zum Beispiel wenn die Gefahr einer Rückenmarksverletzung besteht oder wenn therapieresistente Rückenschmerzen über einige Wochen vorliegen.

Um Osteoporose und ihre Komplikationen zu vermeiden, ist es von größter Wichtigkeit, prophylaktische Maßnahmen im Sinne ausreichender körperlicher Aktivität und knochengesunder Ernährung im Alltag umzusetzen.

Daten & Fakten

Innere Medizin LKH Hohenems

Leitung: Prim. Priv.-Doz. Dr. Günter Höfle

- 66 Betten (72 ab 2018)
- 29 Ärztinnen und Ärzte
- 4.298 stationäre Patientinnen und Patienten 2016
- 16.812 ambulante Patientenkontakte 2016
- Osteoporoseambulanz
- Osteodensitometrie
- DVO-Zertifizierung für Osteoporose
- Ambulanzen für Rheumatologie, Endokrinologie, Diabetes, Gastroenterologie, Onkologie
- 968 Einsätze des Mobilen Palliativteams 2016
- 1.078 Notarzteinsätze 2016