

Osteoporose-Früherkennung

(mittels Knochendichtemessung nach der DEXA-Methode)

Osteoporose bedeutet einen vermehrten Abbau des Knochengerüsts. Wegen ihres langsamen, schleichenden Verlaufs - zunächst ohne Krankheitszeichen - erkennt man diese Erkrankung meistens erst an ihren Folgen: Knochenbrüche ohne äußere Gewalteinwirkung, die vor allem Wirbel, Oberschenkelhals und Unterarm betreffen. Dies bedeutet: chronische (Rücken)Schmerzen, eingeschränkte körperliche Beweglichkeit und Belastbarkeit, unter Umständen auch Bettlägrigkeit.

Betroffen sind vor allem Menschen in der zweiten Lebenshälfte, Frauen nach den Wechseljahren, aber auch Menschen mit Fehlernährung (calciumarme Kost), Vitamin-D-Mangel (wenig Sonnenlicht), anderen Erkrankungen (Rheuma, chronische Darmentzündungen) und Menschen, die auf die Einnahme von bestimmten Medikamenten (z.B. Cortison) angewiesen sind.

Bei Frauen nach den Wechseljahren bewirkt der Mangel an eigenen Hormonen (Östrogene) einen nachlassenden Schutz vor Knochenabbau. Kommen dann weitere Risikofaktoren hinzu, steigt das Risiko deutlich. Jede 10. Frau erleidet eine Osteoporose!

Risikofaktoren sind:

- frühe Wechseljahre
- Lebensalter (Frauen > 50, Männer > 60)
- Untergewicht
- unklare Abnahme der Körpergröße
- nicht gut erklärbare Knochenbrüche
- längerer (> 6 Monate) Einnahme von *Medikamenten* wie: Cortison, Aromatasehemmer, Marcumar, Heparin, Antidepressiva, Protonenpumpenhemmer oder Antiepileptika
- Osteoporose in der Familie (Eltern, Geschwister)
- Bewegungsmangel
- übermäßiger Genuss von Kaffee, Alkohol und Zigaretten
- entzündliche Rheumaerkrankungen
- entzündliche Darmerkrankungen
- chronische Nierenschwäche

Die Diagnose kann mit verschiedenen Verfahren gestellt werden. Als beste und verlässlichste Methode (von der Weltgesundheitsorganisation WHO als *Standardmethode* empfohlen) gilt die sog. **DXA-Methode**. Hierbei werden an der Lendenwirbelsäule und am Oberschenkelhals der Mineralgehalt des Knochens gemessen, bzw. errechnet. Die Untersuchung dauert nur wenige Minuten, hat eine hohe Verlässlichkeit und geht für den untersuchten Patienten mit einer nur sehr geringen Strahlenbelastung (entspricht etwa der normalen Umgebungsbelastung in Süddeutschland über einen Zeitraum von 5 Tagen) einher.

Bei der **Vorbeugung** spielen eine knochenfreundliche Ernährung und ausreichende Bewegung eine wichtige Rolle. Das Wissen über den Zustand Ihrer Knochenstruktur und eine fachkundige Beratung können dazu beitragen, Ihr Osteoporoserisiko zu minimieren.

Als Vorsorgeuntersuchung kann diese Untersuchung **nur als Selbstzahlerleistung** angeboten werden.

Die Vergütung richtet sich nach der amtlichen *Gebührenordnung für Ärzte* (GOÄ 96). Die Kosten für die Untersuchung betragen € 59,47 (GOÄ-Ziffer 5475 – 3,4fach).

Bitte entscheiden Sie selbst, ob Ihnen diese Leistung wichtig und notwendig erscheint. Sprechen Sie uns an, wenn Sie die **Früherkennungsuntersuchung auf Osteoporose** durchführen lassen möchten.

Dr. Swen H. Jacki

Internist – Rheumatologie
Hämatologie/internistische Onkologie

Europaplatz 7
72072 Tübingen
(am Bus- und Hauptbahnhof)

Telefon: 07071 - 567888
Telefax: 07071 - 567877
www.rheuma-doktor.de