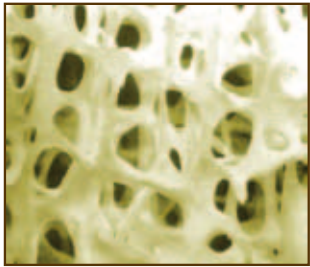
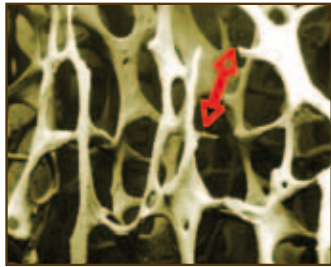


# Osteoporose

Bei Osteoporose („Knochenschwund“) verliert der Knochen schneller Knochenmasse, als er nachbilden kann. Dadurch sinkt die Knochendichte und die Tragkraft des Knochens lässt nach. Insbesondere an der Wirbelsäule kann dies zu schmerzhaften



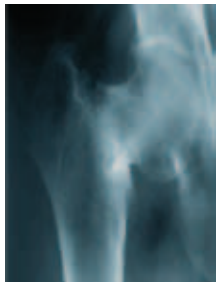
gesunde Knochenstruktur



osteoporotische Knochenstruktur

Einbrüchen der Wirbelkörper führen. In der Folge droht die Ausbildung eines „Buckels“.

Bestimmte Risikofaktoren begünstigen den Verlust der Knochenmasse. Risikoanalyse und Knochendichtemessung zeigen, ob Sie gefährdet sind.



osteoporotischer Schenkelhalsbruch



osteoporotischer Keilwirbel

- **Messung**
- **Beratung**
- **Behandlung**

Der Osteoporosekreis Nordbaden ist ein Zusammenschluss mehrerer Ärzte, denen Ihre Knochengesundheit ein Anliegen ist!

Wir nutzen gemeinsam ein Gerät, welches nach dem Goldstandard der sogenannten DXA\* die Knochendichte ermittelt. Das Ergebnis zeigt, wie viel Kalzium in Ihrem Knochen eingelagert ist. Die Untersuchung ist absolut schmerzfrei und dauert ca. 15 Minuten.

Danach können wir Sie hinsichtlich Ernährung, medikamentöser und physikalischer Behandlung gezielt beraten.

\*dual energy x-ray absorptiometry

## Kontaktieren Sie eine unserer Praxen

Dr. Carola Bassemir	Dr. Thomas O. Heichel
Dr. Christian Bassemir	Dela Schmidt
Dr. Michaela Bellm	Dr. Dirk Staupendahl
Dr. Matthias Kirchgässner	Dr. Daniela Weis

Mitglieder im  
Osteoporosekreis Nordbaden  
[www.osteoporosekreis.de](http://www.osteoporosekreis.de)



## Sind Ihre Knochen gesund?



Gehen Sie kein Risiko ein und lassen Sie Ihren Knochendichtewert bestimmen.

Wenden Sie sich an eine unserer Praxen.



# Osteoporose

Osteoporose (Knochenschwund)

ist die häufigste Knochenerkrankung.

Jede 2. Frau und jeder 8. Mann

erkranken im Laufe ihres Lebens an

Osteoporose. Diese Krankheit

verläuft lange Zeit unbemerkt.

Um Ihr Risiko abzuschätzen,

beantworten Sie bitte

nebenstehende Fragen:

Ja Nein

- Hatten oder haben Ihre Großeltern, Eltern oder Geschwister eine Osteoporose, einen Rundrücken, einen Wirbel- oder Schenkelhalsbruch?

- Haben Sie in den letzten Jahren mehr als 4 cm an Größe verloren?



- Sie rauchen oder haben geraucht?

- Haben Sie eine Schilddrüsenüberfunktion?

- Ist Ihre Ernährung kalziumarm, d.h. haben Sie wenig Milch oder grünes Gemüse auf Ihrem Speiseplan?



Ja Nein

- Hatten Sie nach dem 40. Lebensjahr einen Knochenbruch aus geringfügigem Anlass?

- War oder ist Ihre körperliche Aktivität in den letzten Monaten eingeschränkt?

- Nehmen Sie Kortison oder haben Sie es jemals genommen?

- Leiden Sie an einer entzündlichen rheumatischen Erkrankung, z. B. rheumatoider Arthritis?

- Für Frauen: Hatten Sie spät Ihre Regel oder kamen Sie früh in die Wechseljahre, d.h. vor dem 45. Lebensjahr?



Wirbelkörperbruch BWK 12

Falls Sie eine oder mehrere Fragen mit **JA** beantworten, sprechen Sie uns an.