

Knochenschwund erkennen – Frakturen vermeiden

Asklepios Medizinisches Versorgungszentrum (MVZ) Neues Gerät zur Bestimmung der Knochendichte am Standort Lindau

Typische Symptome einer Osteoporose, wieder „Witwenbuckel“, Größenverlust oder Knochenschmerzen werden oftmals als „normale Alterserscheinungen“ abgetan. Ob Patienten an Osteoporose oder einer Vorstufe davon leiden, kann im MVZ in der Asklepios Klinik Lindau eindeutig diagnostiziert werden. Dort steht jetzt ein modernes Knochendichtemessgerät zur Verfügung. Die ermittelten Werte sind die Grundlage für die Entscheidung, ob und in welcher Form eine Therapie angedacht ist. Denn durch Früherkennung, Vorbeugung und rechtzeitige Therapiemaßnahmen könnten sehr viele osteoporotische Knochenbrüche vermieden werden.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) stuft Osteoporose als eine der zehn häufigsten Krankheiten weltweit ein. Sie ist durch einen systematischen Abbau der Knochenmasse und -struktur gekennzeichnet, was zu erhöhter Knochenbrüchigkeit führt. „Jeden Tag tritt in jeder Minute mindestens ein osteoporotischer Knochenbruch in Deutschland auf, der auch als solcher erkannt wird“, weiß Dr. med. Krischan Rauschenbach, Facharzt für Orthopädie und Ärztlicher Leiter des Asklepios MVZ Lindau-Lindenberg. Besonders häufig müssen Wirbelkörperbrüche, hüftgelenksnahe Frakturen und Handgelenkbrüche chirurgisch versorgt werden. Doch warum werden die Knochen bei vielen Menschen morsch?

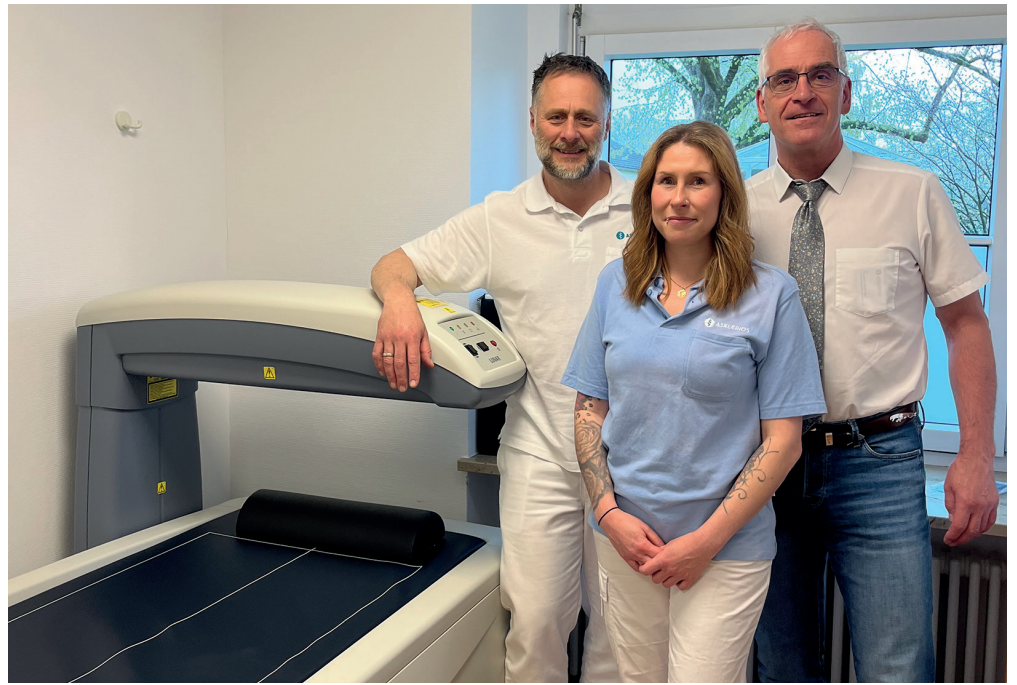
Hormongesteuerte Zellen wie die Osteoblasten und Osteoklasten beeinflussen den Mineralsalzgehalt der Knochen. Osteoblasten bauen neues Knochen-

material auf. Osteoklasten bauen altes Material ab. Das gewährleistet stabile und dichte Knochen. In der Jugend wachsen die Knochen. Ihre Dichte nimmt zu. Etwa ab dem 30. Lebensjahr setzt jedoch bei den meisten Menschen ein langsamer, stetiger Verlust der Knochen-substanz ein, da mehr Knochen ab- als aufgebaut wird. Damit steigt die Wahrscheinlichkeit, eine Osteoporose zu entwickeln.

Bestimmte Risikofaktoren und Begleiterkrankungen, wie zum Beispiel ein Mangel an Kalzium, Vitamin D und Bewegung, Untergewicht, Rauchen, Diabetes, Rheuma, Zöliakie, chronisch-entzündliche Darm-erkrankungen oder die langfristige Einnahme bestimmter Arzneimittel (Kortison, einige Magenschutzpräparate, Chemotherapie bei Krebs) können das zusätzlich begünstigen. Bei Frauen beschleunigt sich dieser Prozess mit den Wechseljahren aufgrund des sinkenden Östrogenspiegels.

Um die Knochendichte zu bestimmen, gibt es verschiedene Methoden. Im Asklepios MVZ Lindau-Lindenberg in der Asklepios Klinik in Lindau steht dafür ab sofort ein neues Gerät zur Verfügung, das dem internationalen Gold-Standard entspricht. Es arbeitet nach der DXA-Methode (Dual-Röntgen-Absorptiometrie). Dabei wird eine geringe Menge an Röntgenstrahlen verwendet, um die Knochendichte in der Lendenwirbelsäule oder der Hüfte zu messen. Diese Bereiche sind besonders anfällig für Knochenbrüche. Die Untersuchung zeigt, wie durchlässig die Knochen für Röntgenstrahlen sind. Je höher die Durchlässigkeit, desto geringer die Knochendichte. Dabei wird anhand von Referenzwerten einer Vergleichsgruppe von gesunden 20- bis 30-jährigen Erwachsenen ermittelt, ob die Knochendichte verringert ist und wenn ja in welchem Ausmaß. Auf dieser Basis kann der behandelnde Arzt den Patienten zu möglichen Therapieansätzen beraten.

„Selbst mit einer geringen Knochendichte hat man viele Möglichkeiten, das Fraktur-



Freuen sich über das neue Knochendichtemessgerät im Asklepios MVZ Lindau-Lindenberg am Standort Lindau (von links): Dr. Krischan Rauschenbach, Ärztlicher Leiter MVZ; Sandra Kotz, Medizinische Fachangestellte MVZ; und Dr. Thomas Wißmeyer, Chefarzt der Abteilung Orthopädie und Unfallchirurgie der Asklepios Klinik Lindau.

BZ-Foto: Asklepios/Janna Wendler

risiko deutlich zu senken“, sagt Dr. Krischan Rauschenbach. Dazu sollte man wissen: Muskelqualität bedeutet Knochenqualität! „Es lohnt sich in jeder Lebensphase, die Muskelkraft durch gezielte Bewegungs- und Trainingsformen auszubauen“, sind sich Dr. Rauschenbach und seine Kollegen von der Asklepios Klinik, Dr. Thomas Wißmeyer (Chefarzt der Abteilung Orthopädie und Unfallchirurgie) und Dr. Kirsten-Berit Linhart (Sektionsleiterin Geriatrie) einig. „Mein ältester Patient war 82 Jahre alt, als er mit dem Gerätetraining begonnen hat. Er hat gesagt ‚In die Muckibude wollte ich schon immer mal gehen‘ und hat einfach losgelegt“, erzählt Dr. Rauschenbach. „Ein beeindruckendes Beispiel“, wie er findet.

Denn mit instabilen Knochen steigt das Risiko für Knochenbrüche. Je älter die Patienten sind, umso schlechter heilen Brüche. Es kommt häufiger zu Komplikationen, bestätigen auch Dr. Wißmeyer und Dr. Linhart aus ihrem Kli-

nikalltag. Sie raten eindringlich, dass jeder die Risikofaktoren für Osteoporose kennen und dem Knochenschwund vorbeugen sollte.

Dabei sind die richtige Bewegung, wie Kraftsport zum Muskelaufbau, und eine gesunde Ernährung zentrale Elemente. Auch ein optimaler Vitamin-D3-Spiegel ist entscheidend für die Knochengesundheit und die Muskelfunktion. Das Vitamin D fördert die Aufnahme von Kalzium im Darm, was die Knochen stabil hält. Da die natürliche Bildung durch Sonnenlicht besonders im Winter in unseren Breitengraden oft nicht ausreicht, kann man den Vitamin-D3-Spiegel kontrollieren lassen, um Mangelzustände zu erkennen.

„Ab einem gewissen Punkt sind aber Medikamente, die den Knochenstoffwechsel ansprechen, sinnvoll“, weiß Dr. Rauschenbach. „Diese werden in der Regel sehr gut vertragen und wirken zuverlässig“, kann der erfahrene Mediziner sagen. HGF

Wussten Sie, dass...

...Experten schätzen, dass 8 bis 10 Millionen Menschen in Deutschland von Osteoporose betroffen sind

...Osteoporose mit zunehmendem Alter häufiger bei Frauen als bei Männern auftritt

...nach Angaben des Robert Koch-Instituts (RKI) fast jede vierte Frau (24 Prozent) ab 65 Jahren weiß, dass sie Osteoporose hat, bei den Männern der gleichen Altersgruppe sind es 5 bis 6 von 100

...bei den meisten Menschen etwa ab dem 30. Lebensjahr ein langsamer, stetiger Verlust der Knochenmasse einsetzt

...sich bei Frauen dieser Prozess mit den Wechseljahren beschleunigt, da der Östrogenspiegel sinkt

...die Knochendichte gemessen werden kann

...mit Knochendichte der Mineralsalzgehalt der Knochen gemeint ist (vor allem die Menge an Kalzium in der Knochenmasse)

...es drei Verfahren zur Knochendichtemessung gibt: 1. mittels Computertomografie; 2. mittels Ultraschalluntersuchung und 3. die Dual-Röntgen-Absorptiometrie (die sogenannte DXA-Methode), die international als Gold-Standard gilt



**Asklepios MVZ Bayern
Lindau-Lindenberg
Friedrichshafener Straße 82
88131 Lindau (B)**

Tel.: 0 83 82/2 76 21 31
E-Mail: mvz.lindau-lindenberg@asklepios.com

@ www.asklepios.com

Asklepios MVZ Lindau-Lindenberg

Das Asklepios Medizinische Versorgungszentrum (MVZ) bündelt seine Kompetenzen an zwei Standorten: auf dem Gelände der Asklepios Klinik Lindau und in der Bismarckstraße in Lindenberg.

Zum Leistungsspektrum des Asklepios MVZ Lindau-Lindenberg zählen die konservative Orthopädie und Unfallchirurgie, unter anderem die ambulante Behandlung der großen

Gelenke (Schulter, Hüfte, Ellenbogen, Knie, Handgelenk, Sprunggelenk), die Sportmedizin, aber auch ambulante Operationen sowie die Chiropraktik (Manuelle Medizin).

Ambulante und stationäre Operationen werden im Operationszentrum der Asklepios Klinik Lindau durchgeführt und an den Standorten des MVZ von den Ärzten vorbereitet und nachbehandelt.

Knochendichtemessung nach DXA-Methode

Bei der Knochendichtemessung (Osteodensitometrie) nach der DXA-Methode liegt die Person auf einer Untersuchungsfläche auf dem Rücken. Für die Messung an der Lendenwirbelsäule werden die Beine hochgelagert und angewinkelt, während sie für die Messung am Oberschenkelhals flach ausgestreckt bleiben. Unter der Liege befindet sich eine Röntgenquelle, die Strahlen aussendet. Ein Messarm bewegt sich über den Körper und misst, wie

viele Strahlen vom Körper aufgenommen werden. Während der Untersuchung, die etwa zehn Minuten dauert, muss der Patient still liegen. Eine Knochendichtemessung ist im Allgemeinen sicher und abgesehen von einer geringen Strahlenbelastung (ein Zehntel bis ein Hundertstel einer normalen Röntgenaufnahme in der Zahnmedizin oder Radiologie) mit keinen Risiken oder Nebenwirkungen verbunden.