



## **Volkskrankheit Osteoporose – Wenn Knochen brüchig werden**

**Am 20. Oktober 2017 ist Welt-Osteoporosetag // Rückenexperten Dr. Schneiderhan zu Ursachen, Prophylaxe und Behandlungsmöglichkeiten**

*München, den 12. Oktober 2017: Osteoporose ist die weltweit häufigste Knochenerkrankung. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) gehört die oft auch als Knochenschwund bezeichnete Erkrankung zu den zehn häufigsten Beschwerden weltweit und gilt daher als Volkskrankheit. Der Welttag am 20. Oktober soll der Osteoporose Aufmerksamkeit verschaffen.*

In Deutschland leiden rund 6,3 Millionen Menschen an Osteoporose. Allerdings bleibt die Erkrankung häufig unerkant<sup>1</sup>, da sie bis zum ersten Knochenbruch meist völlig schmerzfrei verläuft.

„Hauptrisikogruppe sind Frauen nach der Menopause, denn der gesunkene Östrogenspiegel beeinträchtigt den Knochenstoffwechsel negativ“, sagt Dr. Reinhard Schneiderhan, Orthopäde aus München und Präsident der Deutschen Wirbelsäulenliga. Diese sogenannte primäre Form der Osteoporose betrifft rund 80 Prozent der Frauen nach der Menopause. Bei jeder dritten Frau besteht ein erhöhtes Risiko, einen Knochenbruch zu erleiden.

### **Was ist Osteoporose?**

Vereinfacht gesagt funktioniert bei einer Osteoporose der Knochenaufbau nicht richtig. Knochen bleiben gesund und kräftig, wenn abgebaute Knochenzellen (Osteoklasten) durch frische Knochenzellen (Osteoblasten) ersetzt werden. Bei der Osteoporose werden immer weniger Osteoklasten durch neue Osteoblasten ersetzt. Die Knochensubstanz nimmt ab. Die Knochen werden anfälliger für Brüche. Besonders betroffen sind der Oberschenkelhalsknochen, die Arme und die Rückenwirbel.

### **Osteoporose vorbeugen**

„Je früher desto besser“, sagt Dr. Schneiderhan. „Bereits ab dem 30. Lebensjahr setzt allmählich der Abbau von Knochenmasse ein.“ Knochen benötigen bestimmte Substanzen, um funktionstüchtig zu bleiben. Die beiden wichtigsten sind Kalzium und Vitamin D. Bewegung ist eine weitere tragende Säule: Erst durch die Rumpfmuskulatur bleibt die Wirbelsäule aufrecht. „Aus diesem Grund ist tägliche Bewegung in natürlichem Licht zentral bei der Osteoporose-Vorbeugung“, so Dr. Schneiderhan.

---

<sup>1</sup> Epidemiologie der Osteoporose – Bone Evaluation Study (2013)



### **Osteoporose – was nun?**

Je nach Ausprägung der Osteoporose ist eine Stufentherapie sinnvoll. Die Behandlung reicht von gezielter Gymnastik, über Ernährungsumstellung bis hin zu modernsten knochenaufbauenden Medikamenten.

Jedoch ist die Früherkennung die einzige Chance, eine Osteoporose rechtzeitig zu therapieren. Dr. Schneiderhan rät daher zu einer Knochendichtemessung für Risikopatienten. Denn mit der schmerzfreien Osteodensitometrie lassen sich der Kalziumgehalt des Knochens und damit das Frakturrisiko exakt bestimmen. Gleiches gilt, wenn länger anhaltende Rückenbeschwerden auftreten: Osteoporose bedingte Wirbelkörperbrüche werden häufig lediglich als Rückenschmerzen wahrgenommen.

Der Bruch von Wirbelkörpern kann die gesamte Wirbelsäule destabilisieren. „Doch auch in den schwersten Fällen gibt es Hilfe“, sagt Dr. Schneiderhan. „Bei der Ballonkyphoplastie richten wir den Wirbelkörper minimal-invasiv mit Hilfe eines kleinen Ballons auf und stabilisieren ihn danach durch das Einspritzen von Knochenzement. Mittels einer Kyphoplastie wiederum wird ein wenig deformierter Wirbelkörper nur mit Knochenzement schonend und rasch stabilisiert und dadurch die Schmerzursache behoben.“

### **Zahlen, bitte!**

- Etwa **jede dritte Frau** und **jeder fünfte Mann** in Europa sind von einem verfrühten Knochenschwund betroffen.
- In Deutschland leiden rund **6,3 Millionen** Menschen an Osteoporose.
- **80 Prozent** der Osteoporose-Patienten sind Frauen.
- **Weniger als ein Viertel** aller Fälle werden frühzeitig diagnostiziert und adäquat behandelt.
- Neuere Studien rechnen damit, dass aufgrund der demographischen Entwicklung die Zahl der Osteoporose-Betroffenen in Europa bis 2025 um ein Viertel zunimmt: **von derzeit rund 28 Millionen auf 34 Millionen Betroffene** (International Osteoporosis Foundation).
- Die Weltgesundheitsorganisation geht davon aus, dass sich die Anzahl der durch Osteoporose bedingten Knochenbrüche bis 2050 **weltweit vervierfachen** wird, in wohlhabenden Industriestaaten rechnet sie sogar mit einer wesentlich höheren Zunahme.

#### **PRESSEKONTAKT:**



Weitere Informationen unter [www.orthopaede.com](http://www.orthopaede.com)

**Über die MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen:**

Seit 1996 ist die MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen als interdisziplinäres Kompetenzzentrum für Wirbelsäulenschmerzmedizin auf die Behandlung von Wirbelsäulenerkrankungen spezialisiert. In den drei medizinischen Versorgungszentren am Standort München/Taufkirchen arbeiten insgesamt 14 Ärzte aus den Fachbereichen Orthopädie und Schmerztherapie, Neurochirurgie, Neurologie, Diagnostische Radiologie, Allgemeinmedizin, Psychologie sowie Physikalische und Rehabilitative Medizin fachübergreifend in einem Team zusammen. Für den Patient wird ein individuell passendes Konzept für die bestmögliche Behandlung entwickelt nach dem Grundsatz: „So viel wie nötig, so wenig und schonend wie möglich.“ Bei vielen minimalinvasiven Behandlungen ist die MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen Vorreiter in Europa und zählen mit über 40.000 durchgeführten minimalinvasiven Eingriffen an der Wirbelsäule mit zu den erfahrensten Spezialisten in Europa.

**Klinikkontakt**

MVZ Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen, Theresa Leurs, Eschenstr. 2, 82024 München/Taufkirchen  
[leurs@orthopaede.com](mailto:leurs@orthopaede.com), Tel: 089 / 614510-53, Fax: 089 / 614510-12  
[www.orthopaede.com](http://www.orthopaede.com)

**PRESSEKONTAKT:**

rh.communications + Rahel Huhn + [rh@rh-communications.de](mailto:rh@rh-communications.de) + Tel: 0172 1004091