Medizinische Klinik
Chefarzt: Prof. Dr. med. Michael Bodmer

Osteoporosezentrum
Dr. med. Thomas Langenegger
Dr. med. Dagmar Hauser
T 041 399 41 90
osteoporosezentrum@zgks.ch

Patienteninformation zur Osteoporoseabklärung

Was ist Osteoporose?

Unsere Knochen sind zeitlebens im Umbau, wobei zur Aufrechterhaltung eines gesunden Knochens ein Gleichgewicht zwischen Auf- und Abbau notwendig ist.
Während des Wachstums und in den folgenden zehn Jahren nach Abschluss des Grössenwachstums überwiegen die knochenaufbauenden Vorgänge. Die in dieser Periode erreichte **maximale Knochenmasse** ist von Mensch zu Mensch und zwischen den Geschlechtern verschieden. Eine tiefe maximale Knochenmasse erhöht das Risiko einer späteren Osteoporoseentwicklung. Bereits nach dem 30. Lebensjahr beginnt die Knochenmasse langsam abzusinken. Die Abnahme beschleunigt sich bei Frauen mit dem Abfallen der Geschlechtshormone zu Beginn der Menopause. Die Folge davon ist nicht nur eine Abnahme der **Knochenmasse**, sondern auch eine Störung der komplizierten **Knochenstruktur**.

Wenn die im jungen Erwachsenenalter erreichte **maximale Knochenmasse** tief ist oder wenn in der Abbauphase nach den Wechseljahren eine stark negative Knochenbilanz resultiert, ist das Risiko eines Knochenbruchs bereits unter geringen Krafteinwirkungen erhöht.

Beim Mann setzt der beschleunigte Knochenabbau später ein als bei der Frau und der resultierende Knochenverlust ist im Allgemeinen geringer. Die Ursachen der Osteoporoseentwicklung beim Mann ist noch nicht in allen Einzelheiten geklärt. Mit steigender Lebenserwartung nimmt das Risiko einer Osteoporose bei beiden Geschlechtern zu.

Was sind die Konsequenzen der Osteoporose?

Deutliche Folgen der Osteoporose sind eine Abnahme der Körpergrösse, eine im Alter aufgetretene Verkrümmung der Brustwirbelsäule (Buckel), Brüche des Vorder- oder des Oberarms und des Schenkelhalses nach Bagatellstürzen.
Schenkelhalsbrüche und teilweise auch Wirbelkörperbrüche sind nicht nur schmerzhaft, sondern gelegentlich sogar mit lebensbedrohlichen Komplikationen verbunden. Sehr häufig schränken sie die Selbständigkeit stark ein und erhöhen das Risiko weiterer Stürze mit Bruchfolgen.

Was kann man gegen Osteoporose tun?

Entscheidend ist die möglichst frühzeitige Erfassung eines erhöhten Osteoporoserisikos. Da die Osteoporose bis zum ersten Knochenbruchereignis meistens unbemerkt verläuft, ist eine Früherfassung nur mittels einer gezielten Abklärung möglich. Als Standardmethode gilt zurzeit die **Knochendichtemessung** mit der sogenannten DEXA-Technik. Diese Untersuchung erlaubt zudem eine optimale Überwachung und Kontrolle einer Osteoporosebehandlung.

Bitte beachten Sie die Rückseite

ZUGER Kantonsspital

Knochendichtemessung

Die von uns angewendete DEXA-Messung ist eine strahlenarme, schmerzfreie Röntgentechnik, bei welcher im Bereich der Lendenwirbelsäule und des Schenkelhalses die Dichte des Knochens bestimmt wird. Falls notwendig, werden wir ausserdem eine Messung des Vorderarmes ohne zusätzliche Kosten durchführen.
Die Strahlenbelastung für Ihren Körper beträgt nur 1/10 einer Lungenröntgenaufnahme oder 1/8 der Strahlendosis, welche bei einem Flug über den Atlantik aufgenommen wird. Die Messung dauert insgesamt 15 bis 20 Minuten. Planen Sie bitte für die gesamte Untersuchung eine halbe Stunde ein.

Kosten

Informieren Sie sich bei Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt, ob die **Knochendichtemessung** in Ihrem Fall einer Pflichtleistung der Krankenkasse entspricht. Sollte dies nicht der Fall sein, müssen die Kosten von ca. **CHF 150** für diese Messung von Ihnen selbst bezahlt werden.