

## Osteoporose und Knochendichtemessung (DXA-Methode)

### Warum ist die Vorsorgeuntersuchung so wichtig?

In Deutschland sind heute etwa jede dritte Frau und jeder fünfte Mann ab dem 50. Lebensjahr von Osteoporose betroffen.

Die Knochendichtemessung dient zur frühzeitigen Erkennung von Osteoporose und kann somit Folgeschäden wie z.B. Knochenbrüche durch rechtzeitig eingeleitete Therapien verhindern.

### Was ist Osteoporose?

Osteoporose, im Volksmund auch „Knochenschwund“ genannt, ist eine „schleichende“ bzw. „stille“ Stoffwechselerkrankung des Skeletts.

Sie ist gekennzeichnet durch eine Verminderung an Knochenmasse und eine Verschlechterung der Knochenarchitektur. Daraus resultieren eine erhöhte Knochenbrüchigkeit und eine erhebliche Beeinträchtigung im Alltag.

Kleinere Stürze und selbst alltägliche Handgriffe, wie Heben und Tragen, können vor allem an den Wirbelkörpern, den Unterarmen oder den Oberschenkelknochen zu Knochenbrüchen führen.

### Risikofaktoren der Osteoporose:

- weibliches Geschlecht
- früher Eintritt der letzten Regelblutung
- unausgewogene Ernährung, z. B. niedrige Kalziumaufnahme
- Untergewicht oder ungewollter Gewichtsverlust
- übermäßiger Tabak- und Alkoholkonsum
- Bewegungsmangel
- medikamentöse Behandlung, z. B. mit Cortison
- Körpergrößenverlust > 4 cm

### Symptome der Osteoporose:

- chronischer Rückenschmerz
- abnehmende Körpergröße
- Rundrücken (sog. „Witwenbuckel“)
- eingeschränkte Bewegungsfreiheit
- vermehrte Knochenbrüche ohne äußere Einwirkung

### Wie wird Osteoporose diagnostiziert?

Es gibt einige wenige unterschiedliche Knochendichte-Messmethoden, um frühzeitig einen Knochenmasseverlust nachzuweisen.

Allerdings ist nur die **DXA-Methode** (Dual Energy X-Ray Absorptiometry) die zur Zeit einzige sowohl von der WHO (Weltgesundheitsorganisation) als auch der DGO (Deutsche Gesellschaft für Osteologie) anerkannte Messmethode zur Diagnose der Osteoporose.

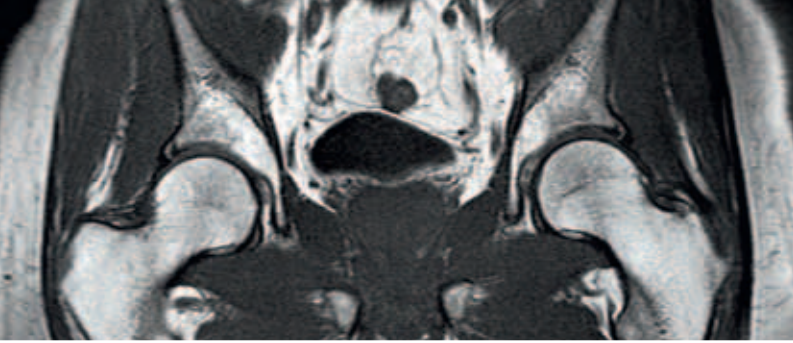
Dabei wird mit Hilfe einer speziellen Röntgentechnik eine sehr geringe Röntgenstrahlung durch den Körper geschickt. Diese Dosis entspricht etwa der Menge, **die jeder Mensch im Lauf einer Woche als natürliche Strahlung erhält**. Die Messung erfolgt an der Lendenwirbelsäule und am Oberschenkelhals.

Der so bestimmte Mineralgehalt der Knochen steht in direkter Beziehung zur Knochenfestigkeit.

Ihr persönliches Ergebnis, in Verbindung mit weiteren Untersuchungsbefunden wie körperliche Untersuchung, Röntgenbilder der Brust- und Wirbelsäule, ggf. spezifische Laborwerte, ergeben dann eine Einschätzung des Gesamtrisikos.

### Ist die Osteoporose behandelbar?

Heute gibt es neben schützenden Maßnahmen, wie z.B. „Protektoren“, auch unterschiedlich den Knochenstoffwechsel beeinflussende, sehr wirksame medikamentöse Therapien. Zu den weiteren Möglichkeiten, die Knochensubstanz positiv zu beeinflussen gehören Vitamin D- und kalziumreiche, ausgewogene Ernährung und auch eine angemessene sportlich-körperliche Bewegung.



**Wird die Osteoporose erst mal erkannt, bestehen ausgezeichnete Möglichkeiten der Therapie und Prophylaxe.**

**Unser MEDICAL PREVENT Programm enthält ausserdem:**

- Ganzkörper-Check
- Lungenkrebsfrüherkennung (Raucher-Check)
- Darmkrebsfrüherkennung
- Gefäß-Check
- Brustkrebsvorsorge

**Weitere Informationen:**

- finden Sie unter [www.radiologie-ottobrunn.de](http://www.radiologie-ottobrunn.de)
- oder bei einem persönlichen Beratungsgespräch

**Kontaktadressen:**

Kuratorium für Knochengesundheit:  
[www.osteoporose.org](http://www.osteoporose.org)

Netzwerk-Osteoporose e.V.  
[www.netzwerk-osteoporose.de](http://www.netzwerk-osteoporose.de)

Bundeshilfverband Osteoporose e.V.  
[www.bfo-aktuell.de](http://www.bfo-aktuell.de)

**Unser Leistungsspektrum:**

- Kernspintomographie (MRT)
- Offene MRT
- Funktions-MRT
- Multislice-CT
- Dental-CT
- Digitale Mammographie
- Sonographie
- Knochendichtemessung
- Schmerztherapie
- Vorsorgeuntersuchung

**Unsere Adresse:**

Haidgraben 2  
85521 Ottobrunn  
Telefon 089.66 59 09-0  
Fax 089.66 59 09-22  
email [info@radiologie-ottobrunn.de](mailto:info@radiologie-ottobrunn.de)  
[www.radiologie-ottobrunn.de](http://www.radiologie-ottobrunn.de)

**So erreichen Sie uns:**

**Bus**

Linien 210 und 216 „Alte Landstraße“

**S-Bahn**

S6 bis „Neubiberg“

**U-Bahn**

U5 bis „Neuperlach Süd“  
und dann weiter mit dem  
Bus Linien 210 und 216 bis  
„Alte Landstraße“

**Unsere Sprechzeiten:**

Montag bis Donnerstag  
von 8.00 – 18.00 Uhr,  
Freitag  
von 8.00 – 16.00 Uhr

und nach Vereinbarung

