

# KNOCHEN.STARK.MACHER.

## Aktionsbündnis Osteoporose

### Hintergrundtext

#### Behandlungsdefizit bei Osteoporose

#### Nur jeder fünfte Betroffene wird angemessen behandelt<sup>1</sup>

Berlin, 7. September 2020. Osteoporose ist eine chronische Erkrankung des Skelettsystems, von der in Deutschland schätzungsweise 6,3 Millionen Menschen betroffen sind. Jedes Jahr erkranken 885.000 Männer und Frauen neu an Knochenschwund, wie die Erkrankung im Volksmund auch genannt wird.<sup>1</sup> Die Diagnose einer Osteoporose erfolgt oft erst anhand eines Knochenbruchs. Durch eine zielgerichtete medikamentöse Behandlung ließen sich viele der jährlich 765.000 Osteoporose-bedingte Knochenbrüche verhindern.<sup>2</sup> Doch nur jeder fünfte von der Erkrankung Betroffene wird angemessen behandelt. Nur ein Drittel erhält im Jahr nach einer Neuerkrankung eine medikamentöse Therapie.<sup>3</sup>

#### Osteoporose frühzeitig erkennen

Anzeichen für eine Osteoporose können Rückenschmerzen, Knochenbrüche ohne erkennbaren Anlass und eine Verringerung der Körpergröße sein.<sup>4</sup> Diese Warnsignale sollten auch in Corona-Zeiten Anlass für einen Arztbesuch sein. Neben dem Arztgespräch und einer körperlichen Untersuchung hilft eine Knochendichtemessung eine Osteoporose frühzeitig zu erkennen. Als Standarddiagnostik gilt die DXA-Messung (Dual Energy X-ray Absorptiometry), eine spezielle Röntgentechnik, die meist an der Lendenwirbelsäule und am Oberschenkelknochen eingesetzt wird. Sie ist schmerzfrei und geht mit einer geringen Strahlenbelastung einher.<sup>5</sup> In einigen Fällen werden die Kosten für diese Untersuchung von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

#### Therapieoptionen ausschöpfen

Die Behandlung der Osteoporose verbindet mehrere Bausteine, die sich gegenseitig in ihren Wirkeffekten unterstützen und so die Knochengesundheit fördern. Als Basistherapie gilt die ausreichende Versorgung mit Kalzium und Vitamin D. Reicht eine gesunde Ernährung für die Zufuhr von 1.000 Milligramm Kalzium pro Tag nicht aus, können auch Einzel- oder Kombinationspräparate eingesetzt werden.<sup>6</sup> Für Vitamin D wird im Rahmen der Basistherapie eine Aufnahme von 800 bis 2.000 Internationalen Einheiten (IE) empfohlen.<sup>6</sup> Liegt ein erhöhtes Knochenbruchrisiko vor, kommt eine

Aktionsbündnis  
Osteoporose:



# KNOCHEN.STARK.MACHER.

## Aktionsbündnis Osteoporose

medikamentöse Behandlung hinzu.<sup>7</sup> Dazu stehen unterschiedliche Wirkstoffe zur Verfügung, die entweder den übermäßigen Knochenabbau bremsen oder den Knochenaufbau fördern. Da Osteoporose-Medikamente keine Schmerzen lindern, wird der Arzt bei Bedarf ein Schmerzmittel oder eine passende Schmerztherapie ergänzen. Zu den begleitenden Maßnahmen gehört es, Stürzen durch eine passende Gestaltung des Lebensumfeldes vorzubeugen und durch eine möglichst aktive Lebensweise Muskeln und Knochen zu stärken. Wichtig dabei: Die Osteoporose-Therapie ist eine Langzeitbehandlung, die konsequent durchgeführt und vom behandelnden Arzt in regelmäßigen Abständen an den Bedarf des Betroffenen angepasst wird.

### Pressestelle Aktionsbündnis Osteoporose

c/o Medizin & PR GmbH – Gesundheitskommunikation  
Eupener Straße 60, 50933 Köln

Email: [Presse.aktionsbueundnis-osteoporose@medizin-pr.de](mailto:Presse.aktionsbueundnis-osteoporose@medizin-pr.de)

Telefon: 0221 / 77 543-0

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Birgit Dickoré, Barbara Kluge und Jasmin Müller

DE-PRO-0820-00031

<sup>1</sup> Hadji P et al. Dtsch Arztebl Int 2013; 110(4): 52-7; DOI: 10.3238/arztebl.2013.0052.

<sup>2</sup> <https://www.iofbonehealth.org/facts-statistics#category-22>  
(zuletzt abgerufen am 27.07.2020)

<sup>3</sup> Häussler B et al. Bone Evaluation Study (BEST) – Versorgung und Kosten. In: 10. Deutscher Kongress für Versorgungsforschung. 18. GAA Jahrestagung. Köln, 20.-22.10.2011. Düsseldorf: German Medical Science GMS Publishing House; 2011. Doc11dkvf034. DOI: 10.3205/11dkvf034.

<sup>4</sup> Netzwerk-Osteoporose e.V. 2012. Erstinformation zur Osteoporose – Osteoporose kennt keine Grenzen! [https://www.netzwerk-osteoporose.de/wp-content/uploads/2007/01/Aktuelles\\_2013\\_Mai\\_Osteoporose\\_kennt\\_keine\\_Grenzen\\_deutsch\\_Osteoporose\\_kennt\\_keine\\_Grenzen\\_in\\_Deutsch\\_orig.pdf](https://www.netzwerk-osteoporose.de/wp-content/uploads/2007/01/Aktuelles_2013_Mai_Osteoporose_kennt_keine_Grenzen_deutsch_Osteoporose_kennt_keine_Grenzen_in_Deutsch_orig.pdf) (zuletzt abgerufen am 14.07.2020).

<sup>5</sup> <https://www.tk.de/techniker/gesundheit-und-medizin/behandlungen-und-medizin/osteoporose/ist-die-knochendichtemessung-sinnvoll-2017868> (zuletzt abgerufen am 24.07.2020).

Aktionsbündnis  
Osteoporose:



# KNOCHEN.STARK.MACHER.

## Aktionsbündnis Osteoporose

<sup>6</sup> DVO-Leitlinie 2017 zur Prophylaxe, Diagnostik und Therapie der Osteoporose bei postmenopausalen Frauen und bei Männern; abgerufen unter: [https://www.awmf.org/uploads/tx\\_szleitlinien/183-001l\\_S3\\_Osteoporose-Prophylaxe-Diagnostik-Therapie\\_2019-02.pdf](https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/183-001l_S3_Osteoporose-Prophylaxe-Diagnostik-Therapie_2019-02.pdf) (Stand: 21.02.2019).

<sup>7</sup> DOP Osteoporose Patientenleitlinie. [https://www.osd-ev.org/files/5914/9370/9711/leitlinie\\_osteoporose\\_DOP.pdf](https://www.osd-ev.org/files/5914/9370/9711/leitlinie_osteoporose_DOP.pdf) (zuletzt abgerufen am 06.08.2020)

Aktionsbündnis  
Osteoporose:

