



Risikofaktoren für die Entwicklung einer Osteoporose und damit Indikation zur Durchführung der Basisdiagnostik

2023 ist die überarbeitete Leitlinie zur Prophylaxe, Diagnostik und Therapie der Osteoporose erschienen.

Die Osteoporose ist eine Erkrankung mit einem Missverhältnis aus Knochenabbau und Knochenaufbau. Verstärkt wird dieses Missverhältnis durch das Alter, den Hormonmangel im Alter, genetischen Faktoren, Ernährung, Bewegungsmangel und Umweltfaktoren. Die abnehmende Knochenmasse führt zu einer steigenden Frakturgefahr.

Die Identifikation von Risikofaktoren ist der erste wichtige Schritt und sollte eine Basisdiagnostik folgen lassen. Die **Basisdiagnostik** besteht aus Anamnese mit Erfassung von Fraktur- Risikofaktoren, klinischer Befunderhebung, einer DXA- Knochendichtemessung, einem Basislabor sowie einer bildgebenden Diagnostik bei klinischen Hinweisen auf osteoporotische Wirbelkörperfrakturen.

Diese Untersuchungen führen wir im Rückenzentrum Am Michel durch.

Die **Basistherapie** besteht aus adäquater Zufuhr von Kalzium und Vitamin D. Darüber hinaus sollten modifizierbare Risikofaktoren positiv beeinflusst werden.

Bei besonderen Konstellationen der DXA-Messung und der Laborergebnisse empfehlen wir die Vorstellung in der Osteologie Sprechstunde im Rückenzentrum Am Michel oder im Institut für Osteologie und Biomechanik (IOBM) des UKE.

Zu den Risikofaktoren gehören:

- Alter und Geschlecht
- Frakturvorgeschichte
- Sturzassoziierte Risikofaktoren
- Erkrankungen
- Knochenrelevante Stoffwechselerkrankungen
- Chronisch entzündliche Erkrankungen
- Medikamente

Zur Identifikation einer Risikokonstellation für die Entwicklung einer Osteoporose wurde der umseitige Fragebogen zusammengestellt. Wir empfehlen Ihnen den Fragebogen auszufüllen und mit dem behandelnden Kollegen zu besprechen.



Risikofaktoren für die Entwicklung einer Osteoporose und damit Indikation zur Durchführung der Basisdiagnostik

Name: _____ Vorname: _____ Geschlecht: _____ Alter: _____
Größe: _____ Gewicht: _____ Body Mass Index (BMI) in kg/ m²: _____

	Ja	Nein
Persönliche Frakturvorgeschichte:		
Sind Sie um mehr als 7 cm kleiner geworden (Vergleich Personalausweisgröße)?*		
Body Mass Index < 20 kg/m ²		
Haben Sie sich im letzten Jahr einen Hüft- oder Wirbelkörperbruch zugezogen?*		
Haben Sie sich einen Oberarm-, Unterarm- oder Beckenbruch zugezogen?		
Haben sich ihre Eltern eine Hüftfraktur bis zum Alter von 75 Jahren zugezogen?		
Trinken sie täglich Alkohol?		
Rauchen sie mehr als 10 Zigaretten pro Tag?		
Ist eine Teil- oder komplette Magenentfernung vorgenommen worden?		
Sturzassozierte Risikofaktoren:		
Insult/ Schlaganfall		
Multiple Sklerose		
Morbus Parkinson		
Epilepsie und Antikonvulsiva (Epilepsiemedikamente)		
Demenz/ M.Alzheimer		
Depression/ Antidepressiva		
Immobilität (auf eine Gehilfe angewiesen sein)		
Starke Schmerzmedikamente (Opiode)		
Sind bei Ihnen folgende Erkrankungen bekannt?		
Diabetes mellitus Typ 1 oder Typ 2 (Zuckerkrankheit)		
Schwere Asthma Erkrankung (COPD)		
Schilddrüsenerkrankung		
Chronische Herzschwäche/ Herzinsuffizienz		
Chronische Nierenschwäche/ Niereninsuffizienz		
Epilepsie und Antikonvulsiva (Epilepsiemedikamente)		
Primärer Hyperparathyreoidismus (Nebenschilddrüsenerkrankung)		
Cushing-Syndrom und Hypercortisolismus (Nebennierenerkrankung)		
Wachstumshormonmangel (Erkrankung der Hirnanhangdrüse)		
Hypogonadismus (Erkrankung der Keimdrüsen)		
Chronische Hyponatriämie (Natriummangel im Blut)		
Monoklonale Gammopathie (MGUS)		
HIV		
Sind bei Ihnen chronisch entzündliche Erkrankungen bekannt?		
Axiale Spondyloarthritis/ Spondylitis ankylosans		
Rheumatoide Arthritis		
Laktose- oder Getreideunverträglichkeit (Zoeliakie)		
Darmerkrankungen (Morbus Crohn/ Colitis ulcerosa)		
Systemischer Lupus erythematodes		
Haben Sie oder nehmen Sie zurzeit folgende Medikamente ein?		
Glukokortikoide (Kortison-Präparate) länger als 3 Monate		
Protonenpumpen-Hemmer (Magenschutzmedikamente) länger als 3 Monate		
Bei Frauen: werden Sie mit Anti-Hormonen behandelt (Aromatasehemmer)		
Bei Männern: Anti-Hormonbehandlung beim Prostatakarzinom		
Abklärung empfohlen, wenn die Punktezahl mindestens 3 beträgt		

* Die Antwort wird mit doppelter Punktezahl bewertet.