



Dr. med. Bodo Grahleke

Facharzt Gynäkologie und  
Geburtshilfe FMH

## Knochendichtemessung in Ihrer Frauenarztpraxis

### Es gibt verschiedene Verfahren zu Messung und Bewertung Ihrer Knochendichte.

Eines davon ist das Sunlight Omnisene-Gerät, das durch die Verwendung von Ultraschall eine präzise Messung der Knochendichte erlaubt und so zur Diagnostik und Früherkennung von Erkrankungen des Skelettsystems beiträgt.

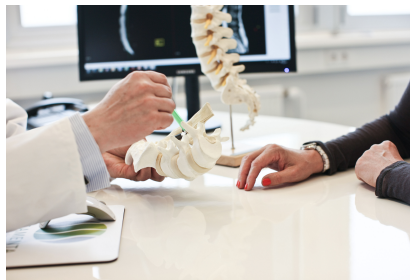
Als besonders sinnvoll hat sich die Messung der Knochendichte am Unterarm erwiesen, da die Messergebnisse Rückschlüsse auf den Zustand des übrigen Skelettsystems erlauben.

Der altersbedingte Verlust der Knochendichte bzw. der Knochenmasse ist ein natürlicher Prozess. Bis zum 30. Lebensjahr erreicht die Knochenmasse ihr Maximum.

Zur Unterscheidung eines normalen Knochenabbaus von einer Minderung der Knochendichte und erhöhter Anfälligkeit für Knochenbrüche wird die Knochendichtemessung eingesetzt.

Die Abnahme der Knochendichte geht also mit dem Knochenbruchrisiko einher.

**Als „Goldstandard“ für die Knochendichtemessung gilt eigentlich ein Verfahren, welches auf Röntgenstrahlen basiert.**



Ligamenta Wirbelsäulenzentrum\_pixelio.de

Der Gewinn der Knochendichtemessung beruht jedoch nicht auf dem Messverfahren, sondern darauf, wie die Beratung Ihre individuelle Vorsorge verbessert.

Daher kann m.E. mit dem Ultraschallverfahren zu günstigeren Kosten auf eine Belastung mit Röntgenstrahlen gut verzichtet werden.

### Gründe für eine Knochendichtemessung.

- Jede Patientin ab 45 Jahren auch ohne Risikofaktoren für eine Knochendichteminderung

### Patientinnen mit den folgenden Risikofaktoren:

- Osteoporosebelastung in der Familie
- Unterfunktion der Eierstöcke durch frühe Abänderung (Klimakterium, Menopause, Wechseljahre)
- Keine Hormonersatztherapie oder wirksame Alternativen nach der Abänderung

- Kalcium- und vitaminarme Kost (= weniger als 1l Milch/Tag)

- Nahrungs- und Genussmittel: Phosphate (z.B. in Schmelzkäse, Cola und Softdrinks(Zucker), Alkohol und Rauchen

- Bewegungsmangel (kein Sport – Schwimmen und Fahrradfahren gilt nicht)

- Untergewicht - (Bodymass-Index BMI) unter 20 kg/m<sup>2</sup>

- unbeabsichtigter Gewichtsverlust von über 10kg bzw. von mehr als 10% in den letzten Jahren

### Weitere Gründe:

- Dünndarmerkrankungen und Magenoperationen

- Nierenschwäche

- Schilddrüsen- und Nebenschilddrüsenüberfunktion

- Therapie mit Medikamenten gegen Anfallsleiden, Kortison, Blutverdünner.

**Durch regelmässige Kontrolluntersuchungen (es sind mindestens zwei Messungen im Abstand von einem Jahr erforderlich) wird Ihr Knochenbruchrisiko deutlich gesenkt und Ihre Lebensqualität erhöht.**