
Osteoporose in der Praxis

Reiner Bartl

Osteoporose in der Praxis

Vorsorge, Diagnostik und
Therapie – evidence based

Reiner Bartl
Osteoporosezentrum
München am Dom
München, Deutschland

ISBN 978-3-662-64206-1 ISBN 978-3-662-64207-8 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-64207-8>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der DeutschenNationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert durch Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2022

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Umschlaggestaltung: Deblük, Berlin

Planung/Lektorat: Antje Lenzen

Illustrationen: Harald Konopatzki, Heidelberg und Reinhold Henkel, Heidelberg

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Vorwort

Osteoporose ist keine einfach hinzunehmende „Alterserscheinung“, sondern ein weltweites und zunehmendes Gesundheitsproblem. Die WHO hat die Osteoporose als eine der zehn wichtigsten und teuersten Volkskrankheiten eingestuft. In Europa sind jede dritte Frau und jeder fünfte Mann davon betroffen, mit den Folgen langanhaltender Schmerzen, körperlicher Beeinträchtigung bis hin zur Immobilität, sozialer Isolierung und Pflegebedürftigkeit. Osteoporose ist auch eine schleichende, heimtückische Krankheit (Abb. 1). Die Betroffenen merken lange nicht, daß ihre Knochen „schwinden“ und sie an Festigkeit verlieren – bis ein Knochenbruch sie wachrüttelt!

Heute ist aber der Knochenschwund in Form der Osteoporose als eine frühdiagnostizierbare, gut behandelbare und im Frühstadium sogar als „heilbare“ Krankheit einzustufen. Fünf Umstände rechtfertigen diese optimistische Einschätzung:

- Verstehen der Mechanismen und Regulatoren des Knochenumbaus
- Erkennen und Vermeiden von Risikofaktoren (Vorsorge)
- Frühe Diagnosestellung mittels einfacher, strahlenarmer und standardisierter Knochendichtemessung (DXA-Methode)
- Konsequenter Einsatz effektiver und nebenwirkungsarmer Medikamente
- Vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Patienten und interdisziplinärer Austausch ärztlichen Handelns.

Abb. 1 Osteoporose –
ein stiller Dieb!



Trotz der enormen klinischen Fortschritte ist die Osteoporose immer noch eine unterschätzte, unterdiagnostizierte und untertherapierte Krankheit. Weltweit spricht man bereits von einer „osteoporosis treatment crisis (gap)“ und einer Therapiemüdigkeit bei Osteoporose. Aus dieser klinischen Krisensituation helfen keine kostenpflichtigen Zertifikatskurse von Spezialisten und Verbänden, vielmehr die Erkenntnis und der Ansporn unter uns Ärzten, daß die Osteoporose vermeidbar und heute im frühen Stadium sogar heilbar ist. Vor allem die Eigenverantwortung für die Gesundheit des Knochens ist in der Gesellschaft und selbst unter Ärzten noch zu wenig bewußt und bedarf einer geduldigen Zusammenarbeit von Patient und Arzt („Der Patient als Partner“).

Ein standardisiertes und evidence-basiertes Management der Osteoporose ist seit langem weltweit erarbeitet worden. Mit neuen Medikamenten kann sogar die Knochenstruktur wiederaufgebaut werden. Die praktische und interdisziplinäre Umsetzung dieser weltweit anerkannten „guidelines“ ist jetzt unsere Aufgabe als behandelnde Ärzte – eine multidisziplinäre Anstrengung! „Bone ist everybody’s business“.

Dieser Leitfaden ist konzipiert, Ärzte aller Disziplinen bei der Beratung und Führung von Patienten mit Osteoporose zu „leiten“, die richtigen diagnostischen und therapeutischen Entscheidungen in der Praxis zu treffen und die notwendige interdisziplinäre Zusammenarbeit einzuleiten.

Osteoporose - heute „so überflüssig wie ein Kropf!“

Inhaltsverzeichnis

1	Das normale Skelett	1
2	Definition und Einteilung der Osteoporose	19
3	Risikofaktoren und Vorsorge der Osteoporose	31
4	Klinik und Diagnostik der Osteoporose	43
5	DXA-Knochendichtemessung und andere Techniken	61
6	Behandlungsstrategie und Medikamente bei Osteoporose	75
7	Schmerztherapie und physikalische Therapie bei Osteoporose	87
8	Kalzium und Vitamin D	97
9	Hormonersatztherapie (HRT) und Raloxifen	109
10	Bisphosphonate und Denosumab	117
11	Parathormon, Teriparatid und Romosozumab	131
12	Monitoring und Compliance der Osteoporosetherapie	141
13	Epidemiologie und Risikofaktoren osteoporotischer Frakturen	153

14	Lokalisation und Behandlung osteoporotischer Frakturen	167
15	Sonderformen der Osteoporose	185
16	Sekundäre Osteoporosen	199
17	Medikamenten-induzierte Osteoporose und Transplantation	211
18	Osteoporose und SREs bei Tumorkrankheiten	227
19	Osteoporose und Knochenmarködem-Syndrom	239
	Anhang	257