

Den Fachärzten Dr. Thomas Rupp und Dr. Olaf Jacobsen liegt daran, Patienten schnell helfen zu können. Auch bei Osteoporose kommt modernste Technik für eine umfassende Diagnostik zum Einsatz.

Interview: Rückenleiden – eine Folge von Osteoporose?

„Schmerz lass nach...“

Jede dritte Frau nach den Wechseljahren und jeder fünfte Mann über 50 Jahren – also rund sieben Millionen Menschen – sind in Deutschland von Osteoporose betroffen. Dass Zusammenhänge zwischen Osteoporose und Rückenschmerzen bestehen, ist auch vielen jungen Menschen nicht klar. Wie hier konkrete Hilfe aussieht erläutern Dr. Olaf Jacobsen und Dr. Thomas Rupp – Orthopäden und Fachärzte für Physikalische und Rehabilitative Medizin.

Wie diagnostiziert man Osteoporose?

Dr. Rhomas Rupp: Eine Knochendichtemessung nach dem DXA-Verfahren bringt frühzeitig Klarheit. Denn im konventionellen Röntgenbild ist eine Osteoporose erst im fortgeschrittenen Stadium – also viel zu spät – zu erkennen.

Wie häufig stellen Sie die Diagnose Osteoporose?

Dr. Olaf Jacobsen: In unserer Praxis behandeln und operieren wir Patienten mit Beschwerden an Knie- und Schultergelenken, Händen und Füßen und zunehmend auch Menschen mit Schmerzen am Bewegungsapparat. Wirbelsäulenleiden sind dabei besonders häufig. Hierbei spielt Osteoporose eine immer größere Rolle.

Was ist eine Osteoporose?

Dr. Thomas Rupp: Als lebendes Organ sind Knochen im ständigen Auf- und Abbau begriffen. Bei Osteoporose wird im Knochen mehr Knochenmasse abgebaut als wieder aufgebaut. Dadurch kommt es zu einer verminderten Knochenfestigkeit.

Was führt dabei zu Schmerzen?

Dr. Jacobsen: Durch die verminderte Knochenfestigkeit

kommt es häufig zu unterschiedlich ausgeprägten Wirbelkörperbrüchen, die die Statik der Wirbelsäule verändern. Die Frakturen und die veränderte Wirbelsäulenstatik verursachen die Rückenschmerzen.

Wie werden osteoporosebedingte Beschwerden behandelt?

Dr. Jacobsen: Zunächst geht es darum, längere Immobilität zu vermeiden. Daher werden entsprechende Schmerzmedikamente und Akupunktur eingesetzt. Frische Frakturen erfordern jedoch oft das Tragen eines Mieders oder Korsetts. Wenn die Brüche ausgeheilt sind, ist sportliche Betätigung gefordert. Gezielte Krankengymnastik, balneophysikalische Behandlung der verspannten Muskulatur sowie Kraft- und Ausdauertraining sind sinnvoll. Abhängig vom Alter und dem Ausmaß der Os-



Lange gut Lachen haben die, bei denen Osteoporose rechtzeitig erkannt wird.

teoporose ist gegebenenfalls auch eine spezielle Medikation mit knochenbauenden Präparaten notwendig. Diese können als Tablette oder als Infusion gegeben werden. So können schmerzhafte Krankheitsverläufe oder auch Operationen vermieden werden.

Was kann man präventiv tun?

Dr. Rupp: Auf eine ausreichende Calcium und Vitamin D Zufuhr über die Nahrung – bei Bedarf auch in Tablettenform – achten und immer in Bewegung bleiben. Das stärkt die Muskulatur und stabilisiert die Wirbelsäule. *imp*

ORTHOPÄDISCHE
GEMEINSCHAFTSPRAXIS

Dr. med. Thomas Rupp
Dr. med. Olaf Jacobsen

Im Gesundheitszentrum
Auf dem Sand 76a
68309 Mannheim-Käfertal

Telefon 06 21 - 71 76 64 0
praxis@orthomannheim.de
www.orthomannheim.de




Fachärzte für

**Orthopädie, Rehabilitative Medizin, Physikalische Therapie
sowie Unfallchirurgie, Sportmedizin und Chirotherapie**



Wir sind Mitglied der
PKM
PRAXISKLINIK
MANNHEIM

Die **Behandlung von Knorpelerkrankungen, Arthrose, Sportverletzungen und Wirbelsäulenleiden** hat in den vergangenen Jahren eine enorm positive Entwicklung erfahren. Durch neue medizinische Erkenntnisse lassen sich **Schmerzen reduzieren, Beweglichkeit verbessern und so Lebensqualität steigern**.

Individuell können durch konservative Therapien, ambulante minimalinvasive Operationen oder stationären Gelenkersatz **Arthrose und Gelenkverschleiß minimiert werden**.

☎ **0621 - 717 66 40**
www.orthomannheim.de



- ✓ Arthroskopie von Schulter-, Knie- und Sprunggelenken
- ✓ Kernspin-Tomographie / offenes MRT
- ✓ Kreuzbandersatzplastiken am Kniegelenk
- ✓ Knorpel-Stimulations-Techniken (Mikrofrakturierung)
- ✓ Knorpel-Knochen- & Knorpelzell-Transplantationen
- ✓ Stationäre OPs im Diakonissen-Krankenhaus Mannheim
- ✓ Laser- und Stoßwellentherapie
- ✓ Knorpeltherapie mit Hyaluronsäure
- ✓ Biologische Knorpelaufbau-therapie
- ✓ Akupunktur
- ✓ DXA-Knochendichtebestimmung
- ✓ Röntgendiagnostik