

Rücken- und Gelenkschmerz bei Osteoporose

Die Experten für Orthopädie und Rehabilitative Medizin geben Antwort

Herr Dr. Jacobsen, Sie sind als Orthopäde und Facharzt für Physikalische- und Rehabilitative Medizin zukünftig gemeinschaftlich mit Dr. Rupp in einer Praxis tätig. Wieso ist die Osteoporose so bedeutend in der Diagnose und Behandlung von Schmerzen am Bewegungsapparat?

Herr Dr. Jacobsen:

In unserer Praxis behandeln und operieren wir nicht nur Patienten mit Beschwerden an Knie- und Schultergelenken, Händen und Füßen. Wir therapieren auch Patienten mit Schmerzen am gesamten Bewegungsapparat und darunter sind Wirbelsäulenleiden besonders häufig. Mit zunehmendem Alter, teilweise aber auch in jungen Jahren, spielt die Osteoporose eine zunehmende Rolle bei Schmerzen am Rücken.

Was ist eine Osteoporose?

Herr Dr. Rupp:

Der Knochen ist ein lebendes Organ bei dem ständig nebeneinander Knochen auf- und abgebaut wird. Bei der Osteoporose wird im Knochen mehr Knochenmasse abgebaut als wieder aufgebaut. Dadurch kommt es zu einer verminderten Knochenfestigkeit, die Rücken- und Gelenkschmerzen verursachen und zu einem stark erhöhten Risiko einen Wirbelkörperbruch zu erleiden. In Deutschland gibt es ca. 7 Mio. Menschen, die an Osteoporose leiden. Betroffen ist etwa jede 3. Frau nach den Wechseljahren und jeder 5. Mann über 50 Jahren.

Wieso führt die Osteoporose zu Rückenschmerzen?

Herr Dr. Jacobsen:

Durch die verminderte Knochenfestigkeit kommt es häufig zu unterschiedlich ausgeprägten Wirbelkörperbrüchen mit teils keilförmigen Deformationen, die die Statik der Wirbelsäule verändern und zur vermehrten Rundrückenbildung führen, im Volksmund auch „Witwenbuckel“ genannt. Die Frakturen und die veränderte Wirbelsäulenstatik verursachen die Rückenschmerzen.

Wie kann man eine Osteoporose feststellen?

Herr Dr. Rupp:

Eine Osteoporose ist im konventionellen Röntgen erst im fortgeschrittenen Stadium zu erkennen, wenn es meist zu spät ist. Daher ist der „Goldstandard“ um eine Osteoporose im Frühstadium zu diagnostizieren eine Knochendichtemessung nach dem DXA-Verfahren mit geringer Strahlenbelastung an der Lendenwirbelsäule und den Oberschenkelhälsen. Wie so oft ist die Prävention daher wichtig, um frühzeitig eine für den Patienten erfolgreiche Therapie einzuleiten.

Wie sieht eine konservative Behandlung aus?

Herr Dr. Jacobsen:

Wichtig ist die Gabe entsprechender Schmerzmedikamente, um eine längere Immobilität zu vermeiden. Gezielte wirbelsäulenstabilisierende Krankengymnastik, vorsichtige Massagen und balneophysikalische Maß-

nahmen zur Behandlung der schmerzhaft verspannten Muskulatur sowie ein begleitendes Kraft- und Ausdauertraining ist sinnvoll. Auch die Akupunktur hat sich zur Schmerzreduktion bewährt. Frische Frakturen erfordern oft das Tragen eines Mieders oder eines Korsetts für eine bestimmte Zeit. Wenn die Brüche ausgeheilt sind, ist eine sportliche Betätigung erlaubt und sogar gefordert. Auf eine ausreichende Calcium und Vitamin D Zufuhr über die Nahrung bei Bedarf auch in Tablettenform ist zu achten. Abhängig vom Alter und dem Ausmaß der Osteoporose ist ggf. eine spezielle Medikation mit knochenaufbauenden Präparaten wie z.B. den so genannten Bisphosphonaten notwendig. Diese können als tägliche oder wöchentliche Tablette und seit kurzer Zeit sogar als Infusion 1mal im Jahr gegeben werden. So können schmerzhaft verlaufende Krankheitsverläufe oder auch Operationen vermieden werden.

Dr. Rupp und Dr. Jacobsen werden ab dem 1. Oktober 2009 in einer Gemeinschaftspraxis tätig sein.

ORTHOPÄDISCHE
GEMEINSCHAFTSPRAXIS

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



Fachärzte für Orthopädie, Rehabilitative Medizin, Physikalische Therapie sowie Unfallchirurgie, Sportmedizin und Chirotherapie

Die Behandlung von Knorpelerkrankungen und Arthrose hat in den letzten Jahren eine enorme positive Entwicklung genommen.

In Anlehnung an neue medizinische Erkenntnisse lässt sich in Kombination mit ambulanten Eingriffen und konservativen Maßnahmen eine Knorpelerneuerung erreichen. Einem Knorpelverlust wird so entgegengewirkt und Arthrose und Gelenkschmerzen werden minimiert.

Wo Sie uns finden

Im Gesundheitszentrum
Auf dem Sand 76
68309 Mannheim-Käfertal
Telefon 06 21 - 71 76 64 0
Telefax 06 21 - 71 76 64 10

praxis@orthopädie-mannheim.de
www.orthopädie-mannheim.de

Außerdem in unserem Haus

Physiotherapie; Ergotherapie;
Reha; Orthopädietechnik

Wie wir Ihnen helfen können

- › Arthroskopie von Schulter-, Knie- und Sprunggelenken
- › Kreuzbandersatzplastiken am Kniegelenk
- › Knorpel-Stimulations-Techniken (Mikrofrakturierung)
- › Knorpel-Knochen-Transplantationen (OATS) sowie Knorpelzell-Transplantationen (ACT)
- › Magnetfeldtherapie
- › Knorpeltherapie mit Hyaluronsäure an allen Gelenken und an der Wirbelsäule
- › Orthokin®-Therapie bei Arthrose
- › Stoßwellentherapie (ESWT)
- › Akupunktur
- › DXA-Knochendichtebestimmung
- › Röntgendiagnostik
- › Lasertherapie

