

Themenabend Osteoporose

Seit Jahren halten wir einmal im Jahr einen medizinischen Themenabend ab. Dieses Jahr konnten wir Frau OA Dr. Katrin Hofstetter vom Universitätsklinikum Salzburg für Nuklearmedizin und Endokrinologie für einen Vortrag bekommen. Der Themenabend fand am 13. März 2019 um 18:30h im Gasthof Hölle statt.

Wir organtransplantierten Patienten sind auf Grund der Einnahme von Immunsuppressiva und Cortison besonders gefährdet. Frau Dr. Hofstetter erklärte uns den Verlauf von Osteoporose und die Anzeichen für diese Erkrankung. Anfangs sind keine Schmerzen zu verspüren, im weiteren Verlauf anhaltende Rückenschmerzen bis zu Wirbeleinbrüchen. Weiters gibt es bei Bagatellverletzungen Knochenbrüche, gebückte Körperhaltung und bei älteren Menschen häufig Oberschenkelhalsbrüche. Wichtig ist, bei solchen Symptomen gleich zum Arzt zu gehen um die Knochendichte feststellen zu lassen. Als Vorbeugung ist auf kalziumreiche Ernährung (Milchprodukte) zu achten und soviel wie möglich Vitamin „D“ aufzunehmen z. B. in Form von fettreichem Fisch (Hering, Lachs , Aal). Wenn dies nicht möglich ist, kann man mit einem Präparat (z.B. Calciuran Vit. D₃) dasselbe erreichen. Wenn der Gesundheitszustand es erlaubt, ist auf alle Fälle Bewegung (Sport) priorität. Bei einer Therapie, Ernährungsumstellung und Bewegung, kann der Zustand der Osteoporose verbessert werden, aber nicht geheilt.

Es ist empfohlen, ab dem 50. Lebensjahr alle 2 bis 3 Jahren eine Knochendichtemessung machen zu lassen.

Um den Abend nicht unnötig in die Länge zu ziehen, haben wir im Vorfeld einen Fragenkatalog (Fragen unserer Mitglieder) erstellt, und diesen Frau Dr. Hofstetter rechtzeitig übersendet.

Frau OA Dr. Katrin Hofstetter hat alle unsere Fragen bis ins letzte Detail zu unserer besten Zufriedenheit beantwortet, wofür wir uns sehr herzlich bedanken.

Alex

18.03.2019