

## Kontakt & Anfahrt

### MVZ Kleinmachnow

Förster-Funke-Allee 104  
14532 Kleinmachnow

Tel.: 033203 889 – 880

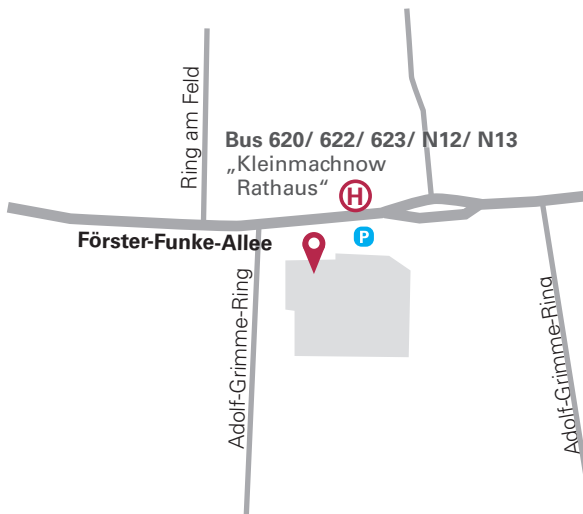
Fax: 033203 889 – 8809

E-Mail: [kleinmachnow@oberlin-mvz.de](mailto:kleinmachnow@oberlin-mvz.de)

[www.oberlin-mvz-kleinmachnow.de](http://www.oberlin-mvz-kleinmachnow.de)

## Doctolib

Vereinbaren Sie bitte Ihren Arzttermin online mit dem Buchungssystem doctolib unter [www.oberlin-mvz-kleinmachnow.de](http://www.oberlin-mvz-kleinmachnow.de).



1. Auflage 2021

**150** Jahre  
OBERLINHAUS

[www.oberlinhaus.de](http://www.oberlinhaus.de)

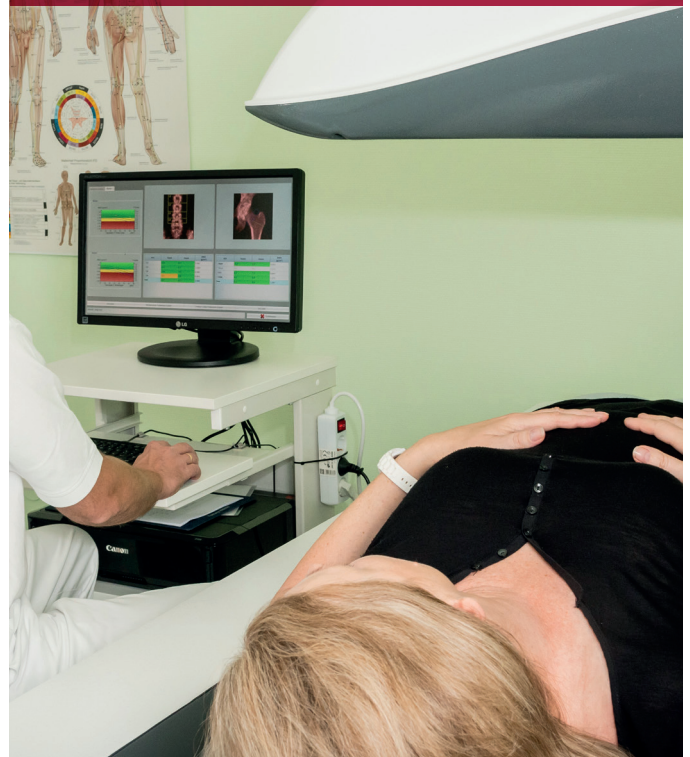
[f](#) [t](#) [@](#) [v](#) [in](#) @oberlinhaus

# OBERLIN MVZ

## MVZ Kleinmachnow

Ihr Medizinisches Versorgungszentrum  
für Osteoporose – Diagnostik mittels  
Knochendichtemessung

Menschen bilden. begleiten. **behandeln.**



# Osteoporose

Osteoporose, auch Knochenschwund genannt, ist die häufigste Stoffwechselerkrankung des Knochens. Durch ein Ungleichgewicht von Knochenauf- und abbau, wird er porös und verliert so an Stabilität. Dadurch kann der Knochen schon bei geringen Belastungen (kleine Stürze, Heben und Tragen) brechen.

## Wer kann daran erkranken

Schätzungsweise sind ca. 7 Millionen Menschen in Deutschland an Osteoporose erkrankt, jährlich kommen über 880.000 Menschen dazu.

Sowohl Frauen als auch Männer können an der Osteoporose erkranken und haben dadurch ein erhöhtes Risiko an Knochenbrüchen. Es gibt viele Risikofaktoren, die die Osteoporose auslösen bzw. verstärken können:

- Frauen nach der Menopause
- Unausgewogene Ernährung
- Bewegungsarmut
- Bestimmte Medikamente, über einen längeren Zeitraum (Kortison)
- Bestimmte chronische Erkrankungen (Rheuma, chronische Darmentzündung)
- Starker Nikotin-, Alkoholkonsum



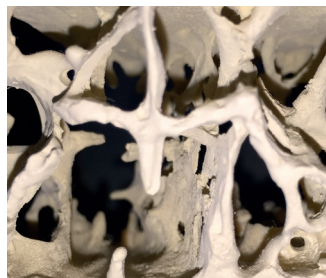
## Diagnostik: Knochendichtemessung

Durch die Knochendichtemessung, wird der Mineralgehalt des Knochens analysiert. Hierzu werden niedrig dosierte Röntgenstrahlen eingesetzt. Die Messung ist völlig schmerzfrei und belastet Sie nur zu einem Zehntel gegenüber einer Standardröntgenuntersuchung.

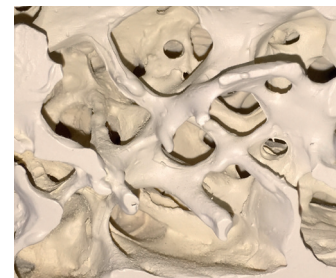
## Behandlung

**Basistherapie:** Unter der Basistherapie wird die ausreichende Versorgung des Körpers mit Vitamin D und Kalzium verstanden. Hierzu gehört die Analyse des Ernährungsverhaltens und ggf. die Ergänzung durch Präparate.

**Medikamente:** Es gibt mehrere Osteoporose-Medikamente, die durch unterschiedliche Wirkungsmechanismen helfen können. Die Auswahl der Medikamente ist stark abhängig vom Stadium der Osteoporose sowie den Lebensumständen und wird zusammen mit Ihnen ausführlich besprochen und erklärt.



osteoporotischer Knochen



gesunder Knochen

## Vorbeugung

Eine gesunde und bewusste Ernährung sowie Bewegungstraining können Osteoporose vorbeugen. Decken Sie bewusst durch gesunde Nahrungsmittel den täglichen Kalzium und Vitamin D Bedarf, um einen Knochenhalt bzw. -aufbau zu fördern.

Vermeiden Sie vor allem häufigen Alkohol- und Nikotinkonsum, die die Knochen schädigen. Bewegung macht die Knochen stärker. Gesunde Ernährung und moderate sportliche Betätigung fördern die Knochenstabilität.

## Wir beraten Sie gern.

## Osteoporose

Beratung, Diagnostik, Therapie und Begleitung aus einer Hand im MVZ Kleinmachnow.