

KNOCHEN.STARK.MACHER.

Aktionsbündnis Osteoporose

PRESSEMITTEILUNG

Aktionsbündnis Osteoporose

Aufklärung ist Prävention

Bekommen alle von Osteoporose betroffenen Menschen in Deutschland eine adäquate Behandlung? Wie wird sich die Zahl der osteoporosebedingten Knochenbrüche entwickeln? Wichtige Fragen, denn hierzulande sind schätzungsweise 6,3 Millionen Menschen an Osteoporose erkrankt.¹ Und dennoch wird die Erkrankung auch heute noch unterschätzt.² Die Scorecard für Osteoporose in Europa (SCOPE), ein Projekt der Internationalen Osteoporose-Stiftung (IOF), stellt Daten zur Krankheitslast, Versorgung und Prävention für alle Mitgliedsstaaten der EU plus Schweiz und England zur Verfügung.³

Daten für Deutschland: Zunahme von Frakturen erwartet

In Deutschland wird die Lebenserwartung voraussichtlich steigen. Infolgedessen ist mit einer steigenden Anzahl von Osteoporose-Patient:innen zu rechnen, da die Häufigkeit dieser Erkrankung mit dem Alter zunimmt.⁴ Was bedeutet das für die Krankheitslast und die Kostenentwicklung der Gesundheitsversorgung? Ein Blick auf die im Jahr 2021 veröffentlichten Zahlen zeigt: Im Jahr 2019 wurden 831.000 durch Osteoporose bedingte Frakturen, sogenannte Fragilitätsfrakturen, in Deutschland erfasst. Die Behandlung dieser Frakturen verursachte im Gesundheitssystem Gesamtausgaben in Höhe von 13,8 Milliarden Euro.⁴ Aktuellen Berechnungen zufolge wird die Anzahl der Fragilitätsfrakturen bis zum Jahr 2034 um 16,4 % auf 967.000 ansteigen.⁴ Das sind fast 1 Million Knochenbrüche in einem Jahr!

Das Aktionsbündnis Osteoporose setzt sich dafür ein, über die Prävention von Osteoporose aufzuklären und Betroffene sowie ihre Angehörigen über die Erkrankung zu informieren. Es gilt, der dramatischen Zunahme von osteoporosebedingten Frakturen entgegenzuwirken und Erkrankten eine angemessene Behandlung zukommen zu lassen.

Aktionsbündnis
Osteoporose:



KNOCHEN.STARK.MACHER.

Aktionsbündnis Osteoporose

Jede:r kann vorbeugen

Eine knochengesunde Lebensweise ist die beste Maßnahme, um Osteoporose vorzubeugen. Dazu gehören eine ausgewogene, kalziumreiche Ernährung und eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D in jedem Alter.^{5,6} Aufenthalte im Freien helfen bei der Bildung von Vitamin D, das nur zu 10 bis 20 % über die Ernährung aufgenommen werden kann.⁷ Regelmäßige Bewegung und ein individualisiertes Sportprogramm, zum Beispiel Gymnastik und Krafttraining, stärken die Knochen und verbessern gleichzeitig die Balance.⁸ Dieses Zusammenspiel aus Ernährung und Sport kann die Knochengesundheit maßgeblich fördern.

Liegt bereits eine Osteoporose vor, ist eine frühe Diagnose entscheidend, da die Erkrankung beginnt, bevor es zu merklichen Symptomen kommt. Generell ist es sinnvoll, die Hausärztin oder den Hausarzt auf das Thema Knochengesundheit anzusprechen, und zwar nicht nur, wenn es bereits Osteoporosefälle in der Familie gibt.

Weitere Informationen zum Aktionsbündnis Osteoporose, zur Kampagne KNOCHEN.STARK.MACHER. und zur Erkrankung Osteoporose sowie leckere Rezepte zum Nachkochen und weitere Download-Materialien finden Sie unter www.aktionsbündnis-osteoporose.de.

Pressestelle Aktionsbündnis Osteoporose

c/o Medizin & PR GmbH – Gesundheitskommunikation
Eupener Straße 60, 50933 Köln

Email: Presse.aktionsbuendnis-osteoporose@medizin-pr.de

Telefon: 0221 / 77 543-0

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Birgit Dickoré, Barbara Kluge und Wiebke Erichsen

DEU-162-0323-80013

¹ Hadji P, Klein S, Gothe H, et al. Epidemiologie der Osteoporose – Bone Evaluation Study. Eine Analyse von Krankenkassen-Routinedaten. Dtsch Arztebl Int. 2013;110(4):52–57.

² Ström O, Borgström K, Kanis JA et al. Arch Osteoporos 2011;6:59-155.

Aktionsbündnis
Osteoporose:



KNOCHEN.STARK.MACHER.

Aktionsbündnis Osteoporose

³ Kanis JA, Norton N, Harvey NC, et al. SCOPE 2021: a new scorecard for osteoporosis in Europe. Archives of Osteoporosis. 2021; 16: 82.

⁴ Willers C, Norton N, Harvey NC et al.: Osteoporosis in Europe: a compendium of countryspecific reports. Arch Osteoporosis 2022; 17: 2.

⁵ <https://www.dge.de/wissenschaft/faqs/calcium/#lm> (Zugriff: 27.02.2023).

⁶ <https://www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/faqs/vitamin-d/> (Zugriff: 27.02.2023).

⁷ <https://www.dge.de/presse/pm/wie-viel-vitamin-d-brauchen-wir/> (Zugriff: 27.02.2023).

⁸ DVO Leitlinie 2017: Prophylaxe, Diagnostik und Therapie der OSTEOPOROSE bei postmenopausalen Frauen und bei Männern – Langfassung.

Aktionsbündnis
Osteoporose:

