

Osteoporose-Risiko-Fragebogen

Nicht jeder Mensch ist in gleichem Maße durch Osteoporose gefährdet. Individuell bestehen spezielle Risikofaktoren, die teilweise unabänderlich sind, teilweise aber auch durch jeden Menschen selbst beeinflusst werden können. Der folgende einfache Fragebogen kann Ihnen schon helfen, herauszufinden, ob Sie zu einer Risikogruppe gehören und besonders von prophylaktischen Maßnahmen und speziellen Vorsorgeuntersuchungen profitieren können.

Name: _____ Alter: _____

Geschlecht: ☐ männlich ☐ weiblich (Zutreffendes bitte ankreuzen)

		Punkte
Abnahme der Körpergröße um mehr als 7 cm (gegenüber Ihrer ursprünglichen Körpergröße, die in Ihrem Personalausweis steht)	<input type="checkbox"/>	2 P.
Eingeschränkte Gehfähigkeit (unter 100 m ohne Pause)	<input type="checkbox"/>	1 P.
Nikotinkonsum (Rauchen, Schnupftabak)	<input type="checkbox"/>	1 P.
Stürze/Brüche		
Mehr als ein Sturz in den letzten 12 Monaten (ohne äußeren Anlass)	<input type="checkbox"/>	1 P.
Bruch von Arm, Fuß, Bein, Rippen oder Becken nach dem 50. Lebensjahr	<input type="checkbox"/>	1 P.
Wirbelkörperbruch ohne Unfall	<input type="checkbox"/>	2 P.
Oberschenkelhalsbruch bei Vater oder Mutter	<input type="checkbox"/>	1 P.
Leiden Sie an einer der folgenden Krankheiten?		
Diabetes mellitus Typ 1	<input type="checkbox"/>	1 P.
Epilepsie (Krampfanfälle) oder Parkinson	<input type="checkbox"/>	1 P.

		Punkte
Mehrfährige schwere Asthmaerkrankung (COPD)	<input type="checkbox"/>	1 P
Chronische Polyarthrititis oder Bechterew-Erkrankung	<input type="checkbox"/>	1 P.
Entzündliche Darmerkrankung (Colitis ulcerosa, Morbus Crohn)	<input type="checkbox"/>	1 P.
Laktose- oder Getreideunverträglichkeit (Zöliakie)	<input type="checkbox"/>	1 P.
Hochgradige oder komplette Entfernung des Magens	<input type="checkbox"/>	1 P.
Überfunktion der Schilddrüse (unbehandelt)		1 P.
Überfunktion der Nebenschilddrüsen	<input type="checkbox"/>	1 P.
Überfunktion der Nebenniere	<input type="checkbox"/>	1 P.
Wachstumshormon-Mangel	<input type="checkbox"/>	1 P.
Schwere Herzschwäche	<input type="checkbox"/>	1 P.
Medikamente		
Nehmen Sie momentan schon länger als 3 Monate Kortison-Tabletten ein oder ist die Therapie länger als 3 Monaten geplant?	Ja <input type="checkbox"/>	1 P.
Wasser-Tabletten (Diuretika) oder Markumar-Tabletten?	Ja <input type="checkbox"/>	1 P.
Nur für Männer:		
Anti-Hormonbehandlung nach Prostatakarzinom?	Ja <input type="checkbox"/>	1 P.
Nur für Frauen:		
Werden Sie mit Antihormonen (Aromatasehemmern) behandelt?	Ja <input type="checkbox"/>	1 P.
Wurden beide Eierstöcke vor dem 45. Lebensjahr entfernt?	Ja <input type="checkbox"/>	1 P.
Sind bei Ihnen schon die Wechseljahre eingetreten?	Ja <input type="checkbox"/>	1 P.
Gesamtzahl der Punkte		_____

Nach den Leitlinien des Dachverbandes Osteologie (DVO) wird eine Osteoporose-Abklärung empfohlen, wenn die Punktezahl mindestens 3 beträgt.