

Move it or lose it

Der 20. Oktober ist immer Weltosteoporosetag. Die Nationale Initiative gegen Osteoporose (NIO), ein Bündnis von DVO, DOP, dem Deutschen Netzwerk der Bone and Joint Decade und von der IOF gefördert, veranstaltete im Rahmen des ersten gemeinsamen Kongresses Orthopädie-Unfallchirurgie eine Pressekonferenz.

„Bewegung ist Prävention und Behandlung der Osteoporose zugleich“, so Dr. Jutta Semler, „zum Aufbau und Erhalt von Knochenmasse eignet sich vor allem ein gezieltes Muskelaufbautraining“. Um dieser Erkenntnis entsprechenden Nachdruck zu verleihen, hat sich ein zeitlich begrenztes und zielgerichtetes Bündnis gegründet, das von deutschsprachigen Mitgliedsorganisationen des wissenschaftlichen Dachverbands Osteologie (DVO), vom Dachverband deutschsprachiger Osteoporose-Selbsthilfeverbände und patientenorientierter Osteoporose-Organisationen (DOP) und vom deutschen Netzwerk der Bone and Joint Decade getragen wird. Das Bündnis nennt sich Nationale Initiative gegen Osteoporose (NIO).

„Move it or lose it“, lautete das Motto der diesjährigen Kampagne der NIO, die von der IOF gefördert wird. Schirmherrin Prof. Rita Süßmuth sieht das Motto nicht nur als Appell an jeden Einzelnen, sondern auch als Auftrag an verantwortliche Entscheider in Deutschland, denn in Sachen Vorbeugung vor und Behandlung von Osteoporose seien andere europäische Länder oder sogar Jordanien schon weiter.

Weniger als ein Viertel der an Osteoporose erkrankten Frauen und Männer in Deutsch-

land werden derzeit rechtzeitig erkannt und medizinisch angemessen behandelt, klagte auch Professor Rita Süßmuth, Ministerin a.D. und Schirmherrin der NIO. „Osteoporose wird in Deutschland meist erst wahrgenommen, wenn bereits folgenschwere Knochenbrüche aufgetreten sind“, so Süßmuth. Über 75 Prozent der Betroffenen erhielten, wenn überhaupt, erst spät eine wirksame Therapie. Einen wesentlichen Grund hierfür sieht Süßmuth darin, dass die gesetzlichen Krankenkassen die Knochendichtemessung zur Diagnose der Osteoporose erst nach der ersten Fraktur bezahlen.

Wer sich nicht bewegt, ...

Dr. Jutta Semler sagte auch gleich, worum es geht: Wer sich nicht bewege, erkrankte zwangsläufig an Osteoporose. Warum wird erst jetzt dieser einfache Zusammenhang besonders betont? Erfahrungen auch aus der Weltraumforschung hätten gezeigt, dass schon eine kurze Zeit der Schwerelosigkeit zum Knochenabbau führt. Bewegung ist nicht gleich Bewegung. Um die Koordination und den Gleichgewichtssinn von älteren Menschen zu stärken, muss ein bestimmtes Koordinationstraining absolviert werden. Damit könne wirksam Stürzen vorgebeugt werden. Drittens fin-



det die Osteologin in ihrer Ambulanz zunehmend Patienten vor, auch jüngere und häufig auch Männer, deren Osteoporose zu einem bestimmten Grad wohl durch die eigene ungesunde Lebensweise ausgelöst wurde.

„Wir untersuchen 8000 Osteoporose-Patienten pro Jahr. Davon sind nahezu 4000 Männer mit einem Durchschnittsalter von 43 Jahren. Wir sehen sogar junge Männer von Anfang 20, die sich mit einem runden Rücken mühsam über den Flur schleppen“, so Semler.

Prof. Wolfhart Puhl verwies auf die Bone and Joint Decade und auf den direkten Zusammenhang von Skelett und Bewegung. Eindrucksvolle Röntgenaufnahmen von Boris Beckers Schlaghand zeigten starke Knochen, dort wo trainiert wird. Puhl plädierte für Bewegung schon von Kindesbeinen an, denn was schon im 2. und 3. Lebensjahr an Motorik, Beweglichkeit und Koordination angelegt wird, ist im reiferen Leben wohl kaum noch aufzuholen.

Immense Folgekosten

Dr. Siegfried Götte zeigte, dass 91 Prozent aller Osteoporosekranken keine adäquate und qualitätsgestützte Therapie erhalten, was immense Folgekosten von 5 Milliarden Euro produziere, gemessen an den 4 Mio. Euro für die Knochendichtemessung, die allerdings nur 15 Prozent aller betroffenen Patienten verursachen, weil sie die anderen (ohne Bruch) aus der eigenen Tasche bezahlen. Er verwies auch auf den Druck, der auf den niedergelassenen Orthopäden laste, die Arzneimittel-Budgets sind in den einzelnen Bundesländern sehr unterschiedlich. Insgesamt bestehe ein Missverhältnis zwischen den tatsächlichen Ausgaben für Diagnostik und Therapie der Osteoporose



Dr. Jutta Semler, Prof. Rita Süßmuth, Prof. Helmut Minne, Wojtek Czyz, Dr. Daniel Navid (IOF) (v. l. n. r.).

und den Folgekosten, ein volkswirtschaftlicher Unsinn, der aber auch deutlich mache, dass Osteoporose von der Gesundheitspolitik unterschätzt werde.

Dabei müsse Bewegung nicht teuer sein, allerdings müsse sie Spaß machen, beteuerte der dreimalige Goldmedaillengewinner der Paralympics Wojtek Czyz und plädierte für die Erziehung der Erzieher, denn gewohnte Bewegung im Kindesalter macht Spaß auf Bewegung in späteren Jahren. Zeit nehmen fürs Kind, es nicht ruhig stellen mit Computer und Fernseher. Aus eigener Erfahrung kenne er die Oberflächlichkeit, mit der auch Patienten mit ihrer Erkrankung allein gelassen werden. Als er amputiert werden musste, wurde gesagt, ja, Junge, nun sieh mal zu, dass Deine Knochen nicht morsch werden. Nur wie? Inzwischen weiß er es und möchte gern die Jugend motivieren, Freude an der Bewegung zu entwickeln.

Die IOF war durch Dr. Daniel Navid vertreten, er stellte die interessante IOF-Kampagne vor, bei der ehemalige Schönheitsköniginnen verschiedener Länder ihre Sicht



Prof. Puhl, BJD; Dr. Götte, BVO; Prof. Mutschler, DGU.

auf Körper und Bewegung in Videoclips darstellen. Deutschland ist da noch nicht so locker vertreten, appelliert und beschwört und beschwichtigt. Wenn sich aber auch hier alle bewegen ... Diese Hoffnung bleibt, auch angesichts der Teilnahme

der Kongresspräsidenten der vereinten Unfallchirurgen- und Orthopädenschaft in Gestalt von Prof. Mutschler und Gradinger an dieser Pressekonferenz.

Ines Landschek

EFORT – DGOOC – BVO Forum 2005

Anlässlich des ersten Gemeinschaftskongresses Orthopädie- Unfallchirurgie 2005 in Berlin fand erneut ein EFORT-Forum statt, dieses Mal zum Thema „Ausbildungschancen in Orthopädie und Unfallchirurgie?“ mit dem Untertitel „Der gemeinsame Facharzt auf der europäischen Bühne“.

Ziel eines solchen Forums ist es aus der Sicht von EFORT immer, als Europäische Gesellschaft bei einem Nationalen Kongress einer Mitgliedsgesellschaft präsent zu sein und diese Situation mit der Diskussion, um ein für die „Europäische Orthopädenfamilie“ wichtiges Thema zu verbinden.

In diesem Jahr galt das Forum – in enger Kooperation mit DGOOC und BVO gestaltet – der Edukation in Deutschland und Europa, damit der Diskussion eines Themas, das in der gedanklichen Reihenfolge: Edukation – Ausbildungsqualität – Arbeitsqualität – Kosten steht.

Sachkundige Referenten aus Deutschland und Europa trugen vor und erreichten eine

lebhaft Diskussion, die natürlich nicht zu Ende geführt werden konnte. Das Forum wird in das EFORT-Portal gestellt und seine vorläufigen Ergebnisse und z.T. auch die neu aufgeworfenen Fragen werden auf Foren in anderen Nationalkongressen weitergeführt mit dem Ziel, ein abschließendes Symposium mit Wirkung auf die Politik während des EFORT-Kongresses in Florenz im Jahre 2007 zu ermöglichen.

Das Forum stand unter der Leitung von Prof. Dr. Wolfhart Puhl, Oberstdorf; Prof. Dr. Joachim Grifka, Bad Abbach; Dr. Siegfried Götte, Berlin.

Die Referenten waren: Dr. Karsten Dreinhöfer, Ulm; Prof. Anthony D. Woolf, Truro;



EFORT – JOINT EFFORTS

Prof. Dr. Norbert P. Hass, Berlin; Peter Schröder, MDS Essen; Prof. Dr. Richard Wallensten, Stockholm.

Prof. Dr. Wolfhart Puhl.

Die Originalbeiträge finden Sie unter: www.efort.org und im BVONET.