

# Editorial

Es sieht so aus, als ob Ärzte, Politiker, Krankenkassen, und die Zeitungen Osteoporose endlich als Volkskrankheit anerkennen.

Die andere Seite der Medaille:

Es werden sich zunehmend bald die Schnorrer und Abstauber, die Scharlatane und Wunderheiler um die Krankheit und um die Patienten scharen, um zu profitieren.

Wahrscheinlich ist, dass sogenannte Außenseitermethoden in der Zukunft genauso boomen werden wie seriöse Behandlungsansätze. Es wird wieder die Hautdickenmessung propagiert werden, es werden Magnetfelder in den Handel gebracht werden, es werden Calcium/Vitamin/Nährstoff-Wundermixturen über die Ladentische wandern. Aber, liebe Leserinnen und Leser, halten Sie Ihr Geld fest: Hautdickenmessung zur Früherkennung der Osteoporose ist Hokusfokus, Magnetfeldtherapie zum Heilen einer Osteoporose ist Scharlatanerie, Nährstoff-Wundermixturen sind Beutelschneiderei! Schützen Sie sich davor, indem Sie sich gut informieren. Rufen Sie bei uns an, beim Kuratorium Knochengesundheit sind Sie an der richtigen Adresse.

Ihr  
Helmut W. Minne

**Die Basis der Osteoporosedagnostik ist ein gründliches Arzt-Patienten-Gespräch, bei dem neben der Krankengeschichte auch mögliche Risikofaktoren erfragt werden.**

**Für Sie gelesen**  
Gynäkologie für Frauen  
So bin ich unverwundbar **18**

**Neues aus der Wissenschaft**  
Prof. Dr. Helmut W. Minne, Bad Pyrmont  
• Schützen Vitamine vor einem Knochenbruch?  
• Osteoporose-Risiko nicht per Hautdicke messbar **22**

**Aus den Selbsthilfegruppen**  
Stellungnahme zur Notwendigkeit von Bewegungstherapie **24**

**Freizeit**  
Geistig fit **25**

**Ernährung**  
Rezepte  
Neu auf dem Markt  
Gewürzapotheke im Küchenschrank **26**

**Wir über uns**  
Auf Dauer mehr Knochen-Power  
„Lassen Sie Maß nehmen!“  
Augenschmaus und Leckerbissen **29**

**Reisemedizin**  
• Das Wandertempo bestimmt die Herzfrequenz  
• Sonnenschutz  
• Lippen-Herpes lässt sich gut vorbeugen **30**

**Leserbriefe, Impressum, Vorschau, Auflösung** **31**



Foto: Kerstin Zillmer

## TITELTHEMA

**Diagnostik der Osteoporose**  
Dr. med. Jutta Semler, Berlin  
Wie erkennt der Arzt eine Osteoporose? **4**

INTERVIEW mit  
Prof. Dr. med. Manfred Fischer, Kassel  
Ohne Knochendichtemessung geht es nicht **8**

Priv.-Doz. Dr. med. Stephan H. Scharla,  
Schönau am Königsee  
Kann im Labor eine Osteoporose festgestellt werden? **12**

Dr. med. Christian Günther, Bad Füssing  
Knochendichtemessung im Rehazentrum **14**

**Sie fragen - wir antworten**  
• Behandlung aus Altersgründen verweigert  
• Umrechnung von Knochendichtemesswerten  
• Was bedeutet Messwert 87? **15**

**Im Brennpunkt**  
Ines Landschek, Berlin  
Kurzschluss im Gehirn: Epilepsie **16**

**In Bewegung**  
Dr. Jochen Werle, Heidelberg  
Verhaltenstraining für Osteoporose-Patienten (26)  
Meine Lieblingsübungen **18**