

Was für Aufgaben haben die Knochen?

Doppelt so hart wie Granit und nicht weniger zugkräftig als Gusseisen ist das kompakte Material eines menschlichen Knochens. Trotzdem wiegt er nicht viel: Das menschliche Skelett macht nur etwa zwölf Prozent des gesamten Körpergewichts aus. Knochen stützen und schützen unseren Bewegungsapparat. Sie sind daher fest und stabil zugleich, aber auch beweglich und anpassungsfähig. Trotz ihres geringen Gewichtes sind sie hart und sehr belastbar.



Wie wird unser Knochen aufgebaut?

Bis etwa zum 40. Lebensjahr nimmt die Knochenmasse – und somit die Knochendichte – des Menschen ständig zu, bis die maximale, individuelle Knochenmasse erreicht ist. Danach ändert sich der Knochenstoffwechsel. Jetzt wird mehr Knochenmasse abgebaut als aufgebaut. Pro Jahr nimmt die Knochenmasse so um ca. 0,5 bis 1,5% ab. Ist dieser natürliche Prozess gestört, entwickelt sich eine Osteoporose. Gleichzeitig steigt auch das Risiko für Knochenbrüche. Dabei muss berücksichtigt werden, dass bereits ein verminderter Knochenaufbau in den ersten vier Lebensjahrzehnten, aufgrund der dadurch niedrigeren erreichten maximalen Knochenmasse, die Entwicklung einer Osteoporose begünstigt.

Was ist Osteoporose?

Die Osteoporose ist eine Knochenerkrankung, die durch die Abnahme von Knochengewebe gekennzeichnet ist. Durch den vermehrten Gewebeabbau werden die Knochen poröser und brechen leichter. Knochenbrüche des Handgelenks, der Wirbelsäule und der Hüfte sind häufig die Folge. Es können aber auch alle anderen Knochen betroffen sein. Ausserdem kann es zu schmerzhaften Veränderungen des Skeletts kommen.

Ursachen der Osteoporose?

Osteoporose kann verschiedene Ursachen haben:

- genetische Faktoren
- mangelnde körperliche Aktivität
- mangelhafte Versorgung mit Kalzium und Vitamin D
- Östrogenmangel bei Mädchen und jungen Frauen, z.B. bei verzögerter Pubertät
- Medikamenteneinnahme und bestehende Erkrankungen



Wie häufig tritt die Osteoporose auf?

Frauen haben ein doppelt so hohes Risiko (30–40%), einmal im Leben eine Fraktur infolge einer Osteoporose zu erleiden wie Männer. Es wird geschätzt, dass 54% der 50-jährigen Frauen im Verlauf ihres restlichen Lebens eine osteoporotische Fraktur erleiden werden.

Gemäss Schätzungen sind allein in Deutschland etwa 8–10 Millionen Menschen von einer Osteoporose betroffen. Schon heute sind für die Behandlung allein der Oberschenkelhalsbrüche mehr Krankenhaus-Bettentage zu finanzieren, als für Herzinfarkt und Schlaganfall zusammen. Damit gehört die Osteoporose zu den teuersten Erkrankungen für das Gesundheitswesen überhaupt!

(Zahlen: Prof. Helmut Minne, 2002)

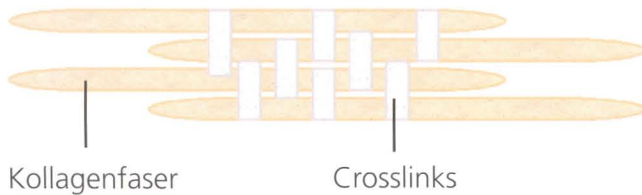
Wie kann ich meine persönliche Knochendichte messen lassen?

Die gängige Diagnose einer verminderten Knochendichte ist die Untersuchung des Knochens mit Röntgenaufnahmen. Dabei kann aber erst eine fortgeschrittene Erkrankung erkannt werden. Wir bieten mit dem Osteo-Profil eine Überwachung des Knochenstoffwechsels an, damit Sie einen beginnenden Knochenabbau schon frühzeitig erkennen können, lange bevor die Knochendichte soweit abgenommen hat, dass man dies durch Röntgen oder Ultraschall erkennen kann. Ein weiterer Vorteil des Osteo-Profiles ist, dass wir lediglich eine Urinprobe benötigen, um ihren Knochenstoffwechsel zu bewerten.

Was ist das Osteo-Profil?

Die Basis des Knochens bildet das Kollagen. Um die Kollagenfibrillen zu einem festen Netzwerk zu verbinden und dem Knochen Stabilität zu geben, sind diese durch Pyridiniumverbindungen quervernetzt (siehe Abbildung).

Pyridinium Crosslinks



Wie bereits erwähnt, befindet sich der Knochen in einem kontinuierlichen Auf- und Abbau. Beim Osteo-Profil messen wir sogenannte Knochenabbaumarker, die Pyridinium Crosslinks. Sie geben an, wieviel Knochen abgebaut wird. So kann sehr genau bestimmt werden, ob zu viel Knochen abgebaut wird – eine Osteoporose kann entstehen. Zusätzlich kann damit auch ein verstärkter Abbau des Knorpels (Arthrose) erkannt werden.

Die Bestimmung der Pyridinium Crosslinks ist derzeit die spezifischste und beste Methode um beginnenden Knochenabbau zu charakterisieren.

Was benötigen wir für ein Osteo-Profil?

Wir benötigen lediglich eine Urinprobe, welche morgens zwischen 08.00 Uhr und 10.00 Uhr abgenommen wird. Weitere Informationen erhalten Sie hier.

Sie erhalten einen ausführlichen Bericht mit Ihrem individuellen HCK®-Rezept.



Claudia Gehrig
Dipl. Naturheilpraktikerin
Kuttelgasse 1 / Ecke Rennweg (3.Stock)
8001 Zürich

Tel. 044 577 13 22
Email: info@naturheilpraxis-gehrig.ch