



OSTEOPOROSE - RISIKOFRAGEBOGEN

Liebe Patienten,
dieser Fragebogen dient dazu, die bei Ihnen zu berücksichtigenden relevanten Risikofaktoren für eine Osteoporose zu ermitteln.

Nachdem Sie den Bogen ausgefüllt haben, wird ihr behandelnder Arzt die Ergebnisse auswerten und gegebenenfalls mit Ihnen besprechen. Ziel ist es, anschließend optimale vorbeugende und therapeutische Maßnahmen einzuleiten.

PRAXIS UNTERBILK
SUITBERTUSSTR. 1
40223 DÜSSELDORF

TEL. 0211 397 666
post@praxis-unterbilk.de
www.praxis-unterbilk.de

A Hochrisiko für Osteoporose und Knochenbrüche:

1. Haben Sie seit Ihrem 25. Lebensjahr zwei oder mehr Knochenbrüche erlitten, die nicht durch einen schweren Unfall bedingt waren?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)
2. Hat sich Ihre Körpergröße seit dem 25. Lebensjahr um mehr als 4 cm vermindert?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)
3. Haben Ihre Eltern oder Geschwister einen Oberschenkelhalsbruch oder Wirbelbruch erlitten?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)
4. Wiegen Sie derzeit weniger als 50 kg (Männer weniger als 65 kg)?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)
5. Sind Sie älter als 65 Jahre?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)

B. Risikofaktoren des individuellen Lebensstils:

1. Fühlen Sie sich oft schwach oder krank und sind weitgehend unfähig, körperlich anstrengende Arbeiten auszuführen?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
2. Hatten oder haben Sie Nierensteine?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
3. Sind Sie unспортlich und gehen selten aus dem Haus?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
4. Leiden Sie oft unter Rückenschmerzen?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
5. Besteht bei Ihnen eine Gangunsicherheit und sind Sie im letzten Jahr gestürzt?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
6. Meiden Sie sowohl Milch als auch Milchprodukte (Quark, Joghurt, Käse)?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
7. Sind Sie Raucher oder Ex-Raucher von mehr als 10 Zigaretten täglich?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
8. Haben Sie längerfristig drei oder mehr Gläser alkoholischer Getränke pro Tag getrunken?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)

C. Risikofaktoren für sogenannte sekundäre Osteoprosen:

1. Mussten Sie bislang schon einmal länger als drei Monate Kortisontabletten einnehmen?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)
2. Mussten Sie aufgrund einer Brustkrebserkrankung Aromatase-Hemmer (z.B. Arimidex, Femara, Orimeten oder Lentaron) einnehmen?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)
3. Sind Sie oder waren Sie früher an einer Essstörung (Anorexie, Bulimie) erkrankt ?
 Ja (3 Punkte) Nein (0 Punkte)
4. Leiden Sie an Multipler Sklerose (MS, Encephalomyelitis disseminata)?
 Ja (2 Punkte) Nein (0 Punkte)
5. Ist Ihnen durch eine Operation der Magen insgesamt oder teilweise entfernt worden?
 Ja (2 Punkte) Nein (0 Punkte)
6. Waren oder sind Sie krankheits- oder unfallbedingt zwei Monate oder länger bettlägerig?
 Ja (2 Punkte) Nein (0 Punkte)
7. Nehmen Sie seit vielen Jahren Medikamente gegen Epilepsie ein?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
8. Besteht bei Ihnen eine chronische Bauchspeicheldrüsen-Entzündung (Pankreatitis) mit dadurch verursachter Verdauungsstörung?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
9. Leiden Sie an einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung (Colitis ulcerosa, Morbus Crohn)?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
10. Sind Sie an chronischem Gelenkrheumatismus (z.B. „Chronische Polyarthritits“ bzw. „Rheumatoide Arthritis“) erkrankt?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
11. Sind Sie an einer chronischen Lungenerkrankung („COPD“, „Asthma bronchiale“, „Lungenfibrose“) erkrankt?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
12. Besteht bei Ihnen eine chronische Lebererkrankung?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)
13. Besteht bei Ihnen eine Erkrankung der Schilddrüse?
 Ja (1 Punkte) Nein (0 Punkte)

D. Risiko für Osteonekrosen des Kiefers unter Osteoporose-Therapie

1. Hatten Sie schon einmal eine Kiefernekrose?
 Ja Nein
2. Sind Sie zur Zeit in kieferorthopädischer Behandlung (Prothesen/Implantate)?
 Ja Nein

Zusatzfragen für Frauen

1. Waren Sie jemals schwanger?
 Ja (2 Punkte) Nein (0 Punkte)
2. Hat die Regelblutung bereits vor Ihrem 45. Lebensjahr endgültig ausgesetzt?
 Ja (2 Punkte) Nein (0 Punkte)

Zusatzfrage für Männer

- Haben Sie bei sich ein Nachlassen von Libido und Potenz bemerkt?
- Ja (2 Punkte) Nein (0 Punkte)

Auswertung

Gesamtpunktzahl der mit „Ja“ beantworteten Fragen:
Testergebnis:

Risikostufe I:

0 – 3 Punkte – kein bis geringes Osteoporose-Risiko

Risikostufe II

4 – 6 Punkte – erhöhtes Osteoporose-Risiko

Risikostufe III

7-9 Punkte – deutliches Osteoporose-Risiko

Risikostufe IV:

10 und mehr Punkte – ausgeprägtes Osteoporose-Risiko