



Gemeinsame Pressemitteilung

25. Mai 2022

Seite 1 von 2

Osteoporose-Prävention für Frauen besonders wichtig Internationaler Aktionstag Frauengesundheit am 28. Mai 2022

Zum Internationalen Aktionstag Frauengesundheit am 28. Mai 2022 weisen der Beauftragte der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf die Bedeutung der Osteoporose-Prävention für die Knochengesundheit hin.

Frauen erkranken deutlich häufiger an Osteoporose als Männer, vor allem im höheren Alter. In der Altersgruppe ab 65 Jahren ist nahezu ein Viertel der Frauen vom sogenannten Knochenschwund betroffen. Bei Männern sind es knapp sechs Prozent. Bei der Skeletterkrankung Osteoporose nimmt der Mineralgehalt der Knochen ab. In Folge können Knochen schneller brechen. Wird rechtzeitig vorgebeugt, kann das Krankheitsrisiko jedoch verringert werden.

Stefan Schwartz, Beauftragter der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten: „Osteoporose verläuft schleichend und wird daher oft zu spät oder gar nicht erkannt. Viele Frauen und Männer wissen nur wenig über die Erkrankung und wie man sich davor schützen kann. Ich hoffe, dass dieser Aktionstag viele Menschen dafür sensibilisiert, die bestehenden Informationsangebote zu den präventiven, diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten stärker zu nutzen.“

Prof. Dr. Martin Dietrich, Kommissarischer Direktor der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): „Zu den Risikofaktoren für Osteoporose zählen neben dem Geschlecht und dem Alter auch eine familiäre Veranlagung – Faktoren, die sich nicht ändern lassen. Durchaus beeinflussbar ist jedoch das eigene Verhalten: Bei der Osteoporose spielen die Ernährung und ausreichend Bewegung eine entscheidende Rolle. Daneben ist der Verzicht auf Zigaretten und Alkohol wichtig.“

Osteoporose verursacht zunächst keine Beschwerden. Ist die Skeletterkrankung jedoch weiter fortgeschritten, können anhaltende Schmerzen, vor allem im Rücken, auftreten. Die Gefahr, dass ein Knochen auch bei geringer Belastung bricht, zum Beispiel beim Heben von Lasten oder einem Sturz, wächst.

Qualitätsgeprüfte Informationen zu Risikofaktoren für Osteoporose, zu Therapien sowie viele Tipps zur Vorbeugung gibt es auf dem Frauengesundheitsportal der BZgA unter:

<http://www.frauengesundheitsportal.de/themen/osteoporose/>

Kontakt:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
K1 – Presse und Öffentlichkeitsarbeit, übergreifende Kommunikation
Maarweg 149–161
50825 Köln
pressestelle@bzga.de
www.bzga.de
www.twitter.com/bzga_de
www.facebook.com/bzga.de

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit

Beauftragter der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten
Friedrichstraße 108
10117 Berlin
patientenrechte@bmg.bund.de